

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 21. April 2026
ChampionsWeek ▪ "Weiße Küche" mit Robin Pietsch



Paula Zimmer

Aguachile blanco von der Jakobsmuschel mit Püree von weißem Mais, Popcorn und Kokos-Limetten-Eis mit Habanero

Zutaten für zwei Personen

Für das Eis:

- 2-3 Limetten, ca. 60 ml Saft
- ½ gelbe Habanero
- 1 Zweig Koriander
- 270 ml vollfette Kokosmilch aus der Dose
- 120 ml Sahne
- 30 g Simple Sirup/ klarer Zuckersirup
- 45 g Puderzucker
- 1 kräftige Prise Salz

Alle Zutaten mixen und anschließend passieren. Final abschmecken und für 25-30 Minuten in die Eismaschine füllen und cremig gefrieren lassen.

Für das Weiße-Mais-Püree:

- 400 g weißer Mais, aus der Dose (online erhältlich oder im mexikanischen Supermarkt)
- ½ Bund Frühlingszwiebeln
- 1 gelbe Habanero
- 1 Zweig Koriander
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Limette, Abrieb
- 2 EL kalte Butter
- 2 EL Mascarpone
- 100 ml Sahne
- 50 ml heller Sherry
- 1 Prise gemahlener Kreuzkümmel
- Salz, aus der Mühle
- Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und fein schneiden. Den weißen Teil der Frühlingszwiebel fein schneiden. Grünen Teil anderweitig verwenden. Butter im Topf erwärmen. Weiß der Frühlingszwiebel und Knoblauch darin anschwitzen. Mais abtropfen, hinzugeben, ebenfalls anschwitzen und ein kleines Stück Chili hinzugeben. Mit Sherry ablöschen, köcheln lassen und mit Sahne auffüllen. Mit Limettenabrieb, einem Zweig Koriander, Kreuzkümmel, Salz und weißem Pfeffer abschmecken. 10-15 Minuten köcheln lassen. Korianderzweig entfernen 1-2 EL Mascarpone und kalte Butter untermengen. Das Ganze fein pürieren, durchsieben, und nochmals abschmecken.

Für die Aguachile blanco:

4 Jakobsmuscheln
 ¼ Salatgurke
 ½ gelbe Chili
 1 kleine Knoblauchzehe
 2 Limetten, ca. 40 ml Saft
 ½ Orange, ca. 15 ml Saft
 20 ml Kokosmilch aus der Dose
 20 ml Sahne
 ½ Bund Koriander
 Salz, aus der Mühle

Korianderstiele schneiden, Blätter anderweitig verwenden. Gurke Schälen und grob würfeln. Knoblauch abziehen. Alle Zutaten, bis auf die Jakobsmuscheln, mit einer Prise Salz in einen Mixer geben und fein mixen. Anschließend passieren und nochmals abschmecken.

Jakobsmuscheln horizontal in dünne Scheiben schneiden und mit dem Sud vermengen. Bis zum Servieren für 15-20 Minuten im Sud ziehen lassen.

Für das Popcorn:

½ Zitrone, Abrieb
 100 g Popcorn-Mais
 2 EL Butterschmalz
 1 Prise Knoblauchpulver
 1 Prise Chilipulver
 Salz, aus der Mühle

Butterschmalz in einem Topf schmelzen, Popcorn-Mais hinzugeben und den Deckel schließen. Herd auf höchste Stufe stellen bis der Mais aufpoppt. Hitze reduzieren und den gesamten Mais aufpoppen lassen. Fertiges Popcorn mit Knoblauchpulver, Chili, Salz und Zitronenabrieb würzen.

Für die Garnitur

1 Limette, Saft
 1 Stück geschälte Gurke, von oben
 1 Frühlingszwiebel, nur das Weiße
 1 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle

Gurke und Frühlingszwiebel in feine Würfel schneiden und mit Olivenöl und Limettensaft marinieren. Mit Salz würzen und im Aquachile-Sud platzieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF Fischratgeber sind **Jakobsmuscheln** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (*Stand April 2026*):

- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Norwegen, Irland, Großbritannien, Frankreich, mit der Hand gesammelt



Jacqueline Glasmeyer

Mit Garnelen und weißer Süßkartoffel gefüllte Calamari mit Zitronen-Risotto, Parmesanschaum und Süßkartoffel-Chips

Zutaten für zwei Personen

Für die gefüllten Calamari:

4 Calamari-Tuben, küchenfertig,
Größe U10
150 g Black Tiger Garnelen ohne
Schale
120 g weiße Süßkartoffel
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
1 EL Crème fraîche
1 EL Butter
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Süßkartoffel schälen, in kleine Würfel schneiden und in Salzwasser weichkochen (ca. 8–10 Min). Abgießen, kurz ausdampfen und durch eine Kartoffelpresse geben.

Schalotte und Knoblauch abziehen, fein würfeln und in Olivenöl glasig anschwitzen.

Garnelen grob schneiden und kurz mit zu den Schalotten und dem Knoblauch geben.

Die Mischung in einem Multizerkleinerer mit Crème fraîche zerkleinern. Masse unter die Süßkartoffel geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Calamari vorsichtig füllen zu etwa Dreiviertel füllen, dabei nicht zu fest stopfen. Dafür einen Spritzbeutel verwenden. Mit Zahnstocher verschließen.

Calamari in einen Dampfgarer legen und ca. 15-20 Minuten garen.

Für den Zitronen-Risotto:

150 g Risottoreis
1 kleine Schalotte
½ Zitrone, Saft & Abrieb
30 g Parmesan
3 EL Butter
50 ml trockener Weißwein
600 ml Gemüse
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Parmesan reiben. Schalotte abziehen, fein würfeln und in Butter glasig dünsten. Reis zugeben und 1–2 Minuten anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Fond erwärmen.

Nach und nach heißen Fond angießen, ständig rühren (ca. 18 Minuten).

Vom Herd ziehen und Parmesan, Zitronensaft, Abrieb und Butter unterheben.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Parmesanschaum:

1 kleine Zwiebel
1 kleine Knoblauchzehe
¼ Zitrone, Saft
60 g Parmesan
1 TL Butter
120 ml Gemüsefond
100 ml Sahne
Lecithin, für die Bindung
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Parmesan sehr fein reiben. Knoblauch und Zwiebel abziehen, fein würfeln. In Butter anschwitzen, nicht bräunen. Gemüsefond zugeben und um etwa ein Drittel einkochen lassen. Anschließend fein pürieren.

Sahne einrühren aber nicht kochen.

Parmesan hinzugeben und mit einem Stabmixer mixen bis eine glatte Emulsion entsteht. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Kurz vor dem Anrichten mit dem Stabmixer und etwas Lecithin schräg an der Oberfläche aufschäumen. Nur die luftige Schaumschicht abnehmen und servieren.

Für die Süßkartoffel Chips:

1 weiße Süßkartoffel
Pflanzenöl, zum Frittieren
Meersalz, zum Würzen

Fritteuse auf 170 Grad vorheizen. Süßkartoffel schälen und hauchdünn hobeln. In 170 Grad heißem Öl goldbraun frittieren.

Auf Küchenpapier abtropfen lassen und vor dem Servieren salzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF Fischratgeber sind **Garnelen** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (*Stand April 2026*):

- 1. Wahl: Vietnam, Aquakultur: Bio-Aquakultur, White Tiger Garnele (*Penaeus vannamei*) und Tiger-Garnele (*Penaeus monodon*)
- 1. Wahl: Europa, Aquakultur: Kreislaufanlagen mit Biofloc-Technologie

Laut WWF Fischratgeber sind Calamari aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (*Stand April 2026*):

- 1. Wahl: Ostatlantik FAO 27, FAO 47, Handleinen und Angelleinen (mechanisiert)



Nico Fedorovski

Auf der Haut gebratener Zander mit Speckschaum, Pastinakenpüree und Zweierlei von der Perlzwiebel

Zutaten für zwei Personen

Für den Zander:

2 Zanderfilets mit Haut à 120-150 g
1 Flocke Butter
Mehl, zum Mehlieren
Pflanzenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zander mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend in etwas Mehl wenden und gut abklopfen. Auf der Hautseite in einer Pfanne mit etwas Öl bei mittelhoher Hitze braten. Fisch wenden, Flocke Butter hinzugeben, den Fisch fertig garen und mit der Butter arosieren.

Für das Pastinaken-Püree:

400 g Pastinaken
½ Zitrone, Saft
80 g Butter
100 ml Sahne
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Pastinaken schälen, würfeln und in Salzwasser weichkochen. Mit den restlichen Zutaten im Standmixer zu einem Püree verarbeiten. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und etwas Zitronensaft abschmecken.

Für den Speckschaum:

100 g mild geräucherter Speck am Stück
1 kleine Schalotte
20 g Butter
50 ml Milch
75 ml Sahne
50 ml trockener Weißwein
75 ml Hühnerfond
1 Frisches Lorbeerblatt
Lecithin, zum Aufschäumen

Schalotte abziehen und fein würfeln. Den Speck in einen kalten Topf geben und bei geringer Temperatur farblos auslassen. Das Fett auffangen. Im Speckfett und Butter die Schalottenwürfel und das Lorbeerblatt 2 min lang anschwitzen. Mit Fond und Weißwein ablöschen, kurz einköcheln lassen und mit Sahne und Milch aufgießen., 6-8 min leicht köcheln lassen. Und vor dem Servieren aufschäumen.

Für die Perlzwiebeln:

10 Perlzwiebeln
1 ½ EL Butter
1 El flüssiger Honig
½ TL Senfsaat
40 ml Sherryessig
½ TL schwarze Pfefferkörner
Salz, aus der Mühle

Die Perlzwiebeln abziehen, putzen und halbieren. Für die gepickelten Perlzwiebeln, 4 Zwiebeln aus den hälften die Zwiebeln in die einzelnen Segmente teilen. In einem Topf 200 ml Wasser, Essig, Honig und die Gewürze hineingeben und kurz aufkochen. Die Zwiebelsegmente hineingeben erneut aufkochen, beiseitestellen und ziehen lassen. Die anderen Zwiebelhälften in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Butter nachdem die Zwiebel leicht geschwärzt sind in die Pfanne geben. Zwiebeln in der Butter schwenken und mit Salz würzen. Die Zwiebeln in der Butter garziehen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF Fischratgeber ist **Zander** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen:

- 1. Wahl: Dänemark, Deutschland, Niederlande, Schweiz, Aquakultur: geschlossene Kreislaufanlage
- 1. Wahl: Peipsi-See (Estland und Russland), Wildfang: Stellnetze-Kiemennetze, Umschließungsnetze (Ringwaden), Reusen (Fallen)
- 1. Wahl: Binnengewässer: Schweiz, Wildfang: Handleinen-Angelleine



Maximilian Voge

Gebratener Kabeljau mit Blumenkohlpüree, Meerrettichschaum, geschmortem Fenchel und Korallenhippe

Zutaten für zwei Personen

Für den Kabeljau:

300 g Kabeljaufilet mit Haut
1 Knoblauchzehe
1 Zweig Thymian
2 EL Butter
Pflanzenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kabeljau mit Salz würzen und in einer Pfanne auf mittlerer Hitze auf der Hautseite knusprig braten. Für die letzte Minute den Fisch wenden, die Temperatur runter drehen. Ein Stück Butter, Knoblauch und Thymian hinzufügen und den Fisch immer wieder mit der flüssigen Butter übergießen.

Für den Meerrettich-Schaum:

1 Schalotte
4 cm frischer Meerrettich
½ Zitrone, Abrieb
25 g kalte Butter
100 ml Sahne
Lecithin, zum Aufschäumen
Salz, aus der Mühle

Schalotte abziehen und fein würfeln. Kurz in Pflanzenöl anschwitzen. Milch dazugeben (nicht kochen!). Frisch geriebenen Meerrettich, Zitronenzeste und eine Prise Salz einrühren und für bis kurz vor dem Anrichten ziehen lassen.

Vor dem Servieren kalte Butter hinzugeben und mit dem Stabmixer schaumig mixen.

Für das Blumenkohl-Püree:

400 g Blumenkohl
1 Knoblauchzehe
25 g Butter
80 ml Sahne
100 ml Milch
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen, kleinschneiden und in einem kleinen Topf mit Butter anschwitzen.

Blumenkohl putzen, in dünne Scheiben schneiden und ebenfalls mitanschwitzen.

Sahne angießen und den Blumenkohl darin weichgaren. Alles in einen Mixer geben und glatt pürieren. Die Masse durch ein feines Sieb streichen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Eventuell noch ein Stück Butter mit einrühren

Für den geschmorten Fenchel:

1 Fenchelknolle mit Grün
¼ Zitrone, Abrieb
1 Zweig Thymian
50 g Butter
100 ml Fischfond
Salz, aus der Mühle

Fenchel putzen und in Spalten schneiden. Das Fenchelgrün zur Dekoration aufheben. Butter in einem kleinen Topf schmelzen und den Fenchel dazugeben. Thymian, Salz und Zitronenzeste dazugeben und kurz mit anschwitzen. Den Fischfond angießen und ca. 10 Minuten bei niedriger Stufe köcheln lassen.

Für die Korallenhippe: Alle Zutaten mit einer Prise Salz und 60 ml Wasser in eine Quetschflasche geben und durch schütteln vermengen.
15 g Weizenmehl
30 g neutrales Pflanzenöl
Pfanne auf mittlere bis hohe Temperatur erhitzen und mit der Flasche einen ca. 8cm großen Kreis in die Pfanne geben.
Salz, aus der Mühle
Wenn die Korallenhippe beginnt braun zu werden, aus der Pfanne nehmen und auf einem Kuchenpapier abtropfen lassen.
Beim Anrichten, die Korallenhippe in mundgerechte Stücke brechen und in das Püree stecken.
Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF Fischratgeber ist **Kabeljau** aus folgendem Fanggebiet zu empfehlen (*Stand April 2026*):
1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Island (ICES 5.a), Langleinen



Ina Makowsky

Ravioli mit Burrata-Füllung, Béchamelsauce, weißem Spargel und Shimeji

Zutaten für zwei Personen

Für den Pasteteig:

5 Eier
150 g Mehl
50 g Semola
1 EL Olivenöl
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle

Drei der Eier trennen. Eigelb auffangen, Eiweiß anderweitig verarbeiten. Eigelb und zwei Volleier mit Mehl, Semola, Olivenöl, einer Prise Salz und Muskat vermengen und zu einem glatten Teig verarbeiten. Teig in Frischhaltefolie wickeln und einige Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Für die Füllung und Fertigstellung:

1 Limette, Abrieb
200 g Burrata
50 g Parmesan
1 Ei
50 g Mie de Pain, französische
Semmelbrösel
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Parmesan reiben. Für die Füllung Burrata, Mie de Pain, Limettenabrieb und Parmesan, in eine Schüssel geben, verrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Den Teig dünn ausrollen und in 10 cm breite Streifen schneiden. Die Füllung mit einem Kaffeelöffel oder Spritztüte in kleinen Häufchen gleichmäßig und in kleinen Abständen reihenförmig auf den Streifen verteilen. Das Ei verquirlen. Die Ränder des Teigs mit Eigelb leicht bepinseln und den Teig längs zuklappen. Mit der Hand leicht andrücken, indem man die Häufchen unterteilt. Mit einem runden Ausstecher halbmondförmig ausstechen, einzeln aufstellen und leicht andrücken, damit sie stehen bleiben. In Salzwasser al dente kochen.

Für die Shimeji:

60 g weiße Shimeji
1 Knoblauchzehe
Butter, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Pilze putzen und zerteilen. Knoblauch abziehen und fein schneiden. Shimeji in Butter mit Knoblauch anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Cappellacci direkt aus dem Nudelwasser hinzugeben und in der Pfanne mit den Pilzen schwenken

Für den Spargel:

½ Bund weißer Spargel
½ Zitrone, Saft
Butter, zum Schwenken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Spargel schälen. Spargelspitzen abschneiden. Stange in feine Streifen hobeln. Beides in Salzwasser blanchieren, eiskalt abschrecken und abtropfen lassen. Anschließend in Butter schwenken und mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen.

Für die Béchamelsauce: Butter und Mehl in einem Topf anschwitzen. Milch hinzugeben und glattrühren. Lorbeerblatt zugeben aufkochen lassen und mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft abschmecken.

½ Zitrone, Saft

25 g Mehl

25 g Butter

250 ml Milch

50 ml trockener Weißwein

1 Lorbeerblatt

Muskatnuss, zum Reiben

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Blüten garnieren und servieren.

4 Gänseblümchen, alternativ andere

weiße essbare Blüten