

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 22. Oktober 2026** ▪
Tagesmotto „Panierungen“ mit Cornelia Poletto



Kristina Eberle

Crispy Chicken Burger mit Chili-Cheese-Sauce und Weißkohlsalat

Zutaten für zwei Personen

Für das Crispy Chicken:

400 g Pollo Fino
 1 Ei, Größe M
 250 g Buttermilch
 Neutrales Pflanzenöl, zum Frittieren
 125 g Mehl, Type 405
 100 g Panko
 50 g Maisstärke
 ½ TL Knoblauchpulver
 1 TL edelsüßes Paprikapulver
 1 TL geräuchertes Paprikapulver
 1 TL Cayennepfeffer
 Salz, aus der Mühle

Das Pollo Fino trocken tupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Buttermilch, Ei, ½ TL Salz, Paprikapulver und Cayennepfeffer in einer Schüssel verrühren. Hähnchen dazugeben, gut mit der Marinade vermengen und mindestens 30 Minuten, möglichst mehrere Stunden, im Kühlschrank marinieren lassen.

Für die Panierung Mehl, Maisstärke, geräuchertes Paprikapulver, Knoblauch und 1 TL Salz in einer flachen Schüssel vermischen. Panko in eine zweite flache Schüssel geben.

Die marinierten Hähnchenstücke aus der Marinade nehmen und zunächst in der Mehlmischung wenden. Anschließend erneut durch die Marinade ziehen und zuletzt rundum im Panko wenden. Die Panierung dabei nur leicht andrücken.

Öl in einer Fritteuse auf 170–175 °C erhitzen. Hähnchenstücke portionsweise hineingeben und goldbraun und knusprig ausbacken. Crispy Chicken mit einer Schaumkelle herausheben, auf Küchenpapier abtropfen lassen und sofort servieren.

Für die Chili-Cheese-Sauce:

1 Jalapeño
 175 g Cheddar am Stück
 50 g Vintage Cheddar am Stück
 200 g Schlagsahne
 1 TL Speisestärke
 1 TL geräuchertes Paprikapulver
 1 TL Cayennepfeffer
 0,5 TL Salz

Jalapeño entkernen und fein würfeln. Beide Cheddarsorten fein reiben. Sahne, Jalapeño, geräuchertes Paprikapulver, Cayennepfeffer und Salz in einem Topf verrühren und bei mittlerer Hitze erwärmen, ohne die Sahne aufzukochen. Speisestärke mit einem Esslöffel kaltem Wasser glatt rühren und unter ständigem Rühren in die warme Sahne geben. Käse portionsweise dazugeben und bei niedriger Hitze unter Rühren schmelzen lassen, bis eine glatte, cremige Sauce entsteht. Nicht mehr stark erhitzen.

Für die Fertigstellung:

2 Brioche-Burger-Buns
 1 Tomate
 1 reife Avocado
 20 g Rucola
 1 rote Zwiebel
 1 TL Butter
 50-100 ml Weißweinessig
 3 EL Zucker
 1 TL Salz

Zwiebel abziehen, halbieren und in feine Halbringe schneiden. Weißweinessig, Salz und Zucker in einem kleinen Topf aufkochen. Zwiebeln dazugeben und etwa 1 Minute köcheln lassen. Anschließend vom Herd nehmen und die Zwiebeln im Sud kurz ziehen und abkühlen lassen. Tomate waschen und in Scheiben schneiden. Avocado halbieren, den Stein entfernen und das Fruchtfleisch aus der Schale lösen. Mit einer Gabel grob zerdrücken und leicht mit Salz abschmecken. Burger-Buns aufschneiden und die Schnittflächen in der Butter bei mittlerer Hitze goldbraun rösten.

Burger in folgender Reihenfolge belegen: untere Bun-Hälfte, Avocado, Rucola, Tomate, Crispy Chicken, eingelegte Zwiebeln, Chili-Cheese-Sauce und obere Bun-Hälfte.

Für den Weißkohlsalat:

350 g Weißkohl	Weißkohl vierteln, den Strunk entfernen und den Kohl in feine Streifen schneiden. Schalotte abziehen, halbieren und ebenfalls in feine Streifen schneiden. Karotte schälen und grob raspeln.
1 Karotte	
1 Schalotte	Weißkohl, Karotte und Schalotte mit Salz und Zucker in eine Schüssel geben und kräftig mit den Händen durchkneten, bis der Kohl etwas weicher wird und Flüssigkeit austritt. Anschließend etwa 10-15 Minuten ziehen lassen. Kümmel, Weißweinessig und Sonnenblumenöl dazugeben, alles gut vermengen und nochmals mit Salz abschmecken.
1 EL Weißweinessig	
1 EL Sonnenblumenöl	
1 TL ganze Kümmelsamen	
1 TL Zucker	
1 TL Salz	

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Andrea Tegen

Steirisches Backhendl in Kürbiskern-Panierung mit Grammelsterz, gebackenen Käferbohnen und Häuptelsalat

Zutaten für zwei Personen

Für das Backhendl:

1 Hähnchenbrust
2 Hähnchenschenkel
1 Zitrone, Saft
2 Eier, Größe M
250 g Butterschmalz
2 EL Mineralwasser
8 EL Kürbiskerne
6 EL Paniermehl
4 EL Panko
2 EL Mehl, Type 405
1 TL edelsüßes Paprikapulver
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Hähnchenbrust und -schenkel häuten. Die Schenkel am Gelenk teilen und die Oberkeulen entbeinen. Hähnchenteile mit etwas Zitronensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen.

Kürbiskerne grob hacken und mit Panko und Semmelbröseln vermischen. Mehl mit Paprikapulver mischen. Eier mit Mineralwasser verquirlen. Die Hähnchenteile erst im Gewürzmehl wenden, anschließend durch die Eier ziehen und in der Kürbiskern-Mischung wenden.

Butterschmalz in einem Topf oder einer tiefen Pfanne erhitzen. Die Hähnchenteile portionsweise darin goldbraun und knusprig ausbacken, dabei möglichst nur einmal wenden. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und bis zum Servieren warm halten.

Für den Grammelsterz:

50 g fetter grüner Speck
125 g Instant-Polenta
500 ml klarer Gemüfefond
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gemüfefond aufkochen und die Polenta unter ständigem Rühren einrieseln lassen. Hitze reduzieren und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Unter gelegentlichem Rühren etwa 5 Minuten köcheln lassen. Anschließend vom Herd nehmen und quellen lassen.

Speck in feine Würfel schneiden und in einer weiten Pfanne langsam auslassen, bis die Würfel knusprig sind. Die Grammeln aus der Pfanne nehmen und die Hälfte unter die Polenta mischen. Überschüssiges Speckfett bis auf einen kleinen Rest aus der Pfanne abgießen.

Polenta in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze unter Wenden krümelig braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Anrichten mit den restlichen Grammeln bestreuen.

Für die gebackenen Käferbohnen:

20 vorgegarte Käferbohnen, aus der Dose
1 Ei, Größe M
20 ml Milch
Neutrales Pflanzenöl, zum Frittieren
2 EL Panko
2 EL Semmelbrösel
3 EL Mehl, Type 405
¼ TL geräuchertes Paprikapulver
1 Msp. Chilipulver
1 Msp. gemahlener Kreuzkümmel
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Käferbohnen abspülen und vorsichtig auf Küchenpapier trocken tupfen. Mehl in eine Schale geben. Ei mit Milch, etwas Salz, Pfeffer, geräuchertem Paprikapulver, Chili und Kreuzkümmel verrühren.

Panko und Semmelbrösel miteinander vermischen. Käferbohnen zunächst im Mehl wenden, anschließend durch die Eiermischung ziehen und in der Panko-Semmelbrösel-Mischung wenden.

Pflanzenöl auf 170 °C erhitzen und die Käferbohnen darin portionsweise goldbraun und knusprig ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.

Für den Hauptelsalat:

2 Kopfsalatherzen
2 Frühlingszwiebeln
1 EL flüssiger Blütenhonig
6 EL Kürbiskernöl
3 EL Apfelessig
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salatherzen putzen, die Blätter lösen, waschen und trocken schleudern.
Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden.
Honig, Kürbiskernöl und Apfelessig zu einer Marinade verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Salat und Frühlingszwiebeln erst unmittelbar vor dem Anrichten mit der Marinade vermengen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Werner Heim

Panierte Schwarzwurzel mit zweierlei Mayonnaise, Pfannenbrot und herbstlichem Wildkräuter-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für die panierte Schwarzwurzel:

500 g Schwarzwurzeln, ca. 4-5 Stangen
 ½ Zitrone, Saft
 1 Ei, Größe M
 Neutrales Pflanzenöl, zum Frittieren
 80 g Semmelbrösel
 60 g Weizenmehl, Type 405
 ½ TL Cayennepfeffer
 1 TL Salz

Die Schwarzwurzeln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten und schälen. Geschälte Wurzeln sofort in eine Schüssel mit einem Liter Wasser und Zitronensaft legen, damit sie nicht dunkel werden. Anschließend die Schwarzwurzeln in einem Topf mit reichlich Salzwasser etwa 15-20 Minuten blanchieren, bis sie knapp weich sind. Abgießen, kurz abkühlen lassen und schräg in etwa 5 cm lange Stücke schneiden. Mehl mit Cayennepfeffer vermengen. Schwarzwurzelstücke zunächst im Mehl wenden, anschließend durch das verquirlte Ei ziehen und rundherum mit Semmelbröseln panieren. Pflanzenöl in einer Fritteuse oder einem hohen Topf auf etwa 170-175 °C erhitzen. Schwarzwurzel portionsweise goldbraun und knusprig ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.

Für die zweierlei Mayonnaise:

½ Zitrone, Saft
 1 Ei, Größe M
 ½–1 TL Wasabipaste
 ½ TL mittelscharfer Senf
 120 ml neutrales Pflanzenöl
 2 Zweige glatte Petersilie
 2 Zweige Dill
 1 Zweig Rosmarin
 4 Halme Schnittlauch
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ei, Senf und einem Teelöffel Zitronensaft in einen hohen Rührbecher geben. Pflanzenöl langsam unter ständigem Mixen mit dem Stabmixer einarbeiten, bis eine cremige und gebundene Mayonnaise entsteht. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Mayonnaise auf zwei Schälchen verteilen. Für die Kräuter-Variante Petersilie, Schnittlauch, Dill und Rosmarin fein hacken und unter eine Hälfte der Mayonnaise rühren. Mit Salz, Pfeffer und gegebenenfalls etwas Zitronensaft abschmecken. Für den Wasabi-Variante Wasabipaste unter die zweite Hälfte der Mayonnaise rühren. Mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zum Servieren kalt stellen.

Für den Wildkräuter-Salat:

80 g Wildkräuter
 ½ rote Zwiebel
 ½ Apfel, säuerliche Sorte
 ½ Zitrone, Saft
 1 TL mittelscharfer Senf
 1 TL Honig
 1 EL Apfelessig
 3 EL Olivenöl
 1 Prise Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Wildkräuter verlesen, grobe Stiele entfernen und gründlich waschen. Anschließend trocken schleudern. Zwiebel abziehen und in feine Streifen schneiden. Apfel vierteln, entkernen und in dünne Spalten schneiden. Senf, Honig, Apfelessig und Zitronensaft miteinander verrühren. Olivenöl langsam einarbeiten und das Dressing mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Wildkräuter, Zwiebel und Apfel kurz vor dem Servieren mit dem Dressing vermengen.

Für das Kräuter-Pfannenbrot:

1 EL Olivenöl + Olivenöl, zum
Ausbacken
150 g Weizenmehl, Type 405
1 TL Backpulver
1 Zweig glatte Petersilie
1 Zweig Rosmarin
½ TL getrockneter Oregano
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Mehl und Backpulver vermengen. Etwas Wasser, Olivenöl, Kräuter, Salz und Pfeffer dazugeben und alles zu einem glatten Teig verrühren. Teig etwa 10 Minuten ruhen lassen.

Anschließend den Teig in vier Portionen teilen. Jeweils eine Portion in eine mit etwas Olivenöl in eine heiße Pfanne geben und mit einem Löffel zu einem dünnen Fladen drücken. Bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun und knusprig ausbacken.

Für die Garnitur:

4 Blätter Kopfsalat

Salat als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.