

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 31. März 2026** ▪
Vorspeise mit Mario Kotaska



Ina Makowsky

Trüffel-Ravioli mit Trüffelsauce und gedünstetem Spinat

Zutaten für zwei Personen

Für den Teig:

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

Zwei Eier trennen und jeweils das Eigelb auffangen. Zwei Eigelbe, ein Vollei, Mehl, Semola, Olivenöl, Salz und Muskatnuss zu einem glatten Teig verarbeiten und in Frischhaltefolie zum Ruhen in den Kühlschrank legen.

Für die Füllung:

300 g feines Kalbsbratwurstbrät
 1 schwarzer Wintertrüffel

Ca. $\frac{3}{4}$ des Trüffels für die Sauce beiseitelegen. Restlichen Trüffel sehr fein hacken und mit dem Bratwurstbrät gut vermengen. Die Füllung in einen Spritzbeutel füllen.

Für die Fertigstellung:

Salz, aus der Mühle

Nudelteig ausrollen, die Füllung auf den Teig geben und die Ravioli formen. Anschließend in Salzwasser al dente kochen.

Für die Sauce:

Restlicher Wintertrüffel, von oben
 150 ml Sahne
 125 g kalte Butter + Butter zum Braten
 40 ml Madeira
 40 ml weißer Portwein
 40 ml trockener Weißwein
 125 ml Geflügelfond
 Cayennepfeffer, zum Würzen
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

$\frac{3}{4}$ des Trüffels in dünne Scheiben hobeln. Butter in einem Topf hellbraun aufschäumen und die Trüffelscheiben darin andünsten. Mit Madeira, Portwein und Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Etwas Sahne zum Aufschlagen bei Seite stellen. Restliche Sahne und Geflügelfond zum Saucenansatz geben und fast vollständig einkochen lassen. Trüffelscheiben herausnehmen. Mit dem Pürierstab die kalte Butter unterschlagen. Salzen. Aufkochen lassen, erneut mixen und die Trüffelscheiben wieder zurück in die Sauce geben. Mit Cayennepfeffer abschmecken. Übrige Sahne schlagen und locker unterziehen.

Für den Spinat:

300 g Babyspinat
 Butter, zum Anbraten
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Spinat waschen, trockenschleudern und in Butter in einer Pfanne kurz schwenken. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Johannes Rumsauer

Kalbstatar mit Aioli, Riesengarnele und Parmesan-Chip

Zutaten für zwei Personen

Für das Tatar:

100 g Kalbsfilet
1 EL Kapern
2 Cornichons
1 große Schalotte
½ Zitrone, Saft
2 EL Dijonsenf
2 EL Maracujaessig
2 EL Olivenöl
1 TL Worcestersauce
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Schalotte abziehen und fein würfeln. Kalbsfilet und die anderen Zutaten ebenfalls fein würfeln. Kleingewürfelte Schalotte mit dem Essig übergießen und ziehen lassen. Vor dem Servieren alle Komponenten mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Aioli:

1 Knoblauchzehe
½ Zitrone, Saft
50 ml Milch
½ TL Dijonsenf
100 ml Sonnenblumenöl
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und grob schneiden. Ca. ½ TL Zitronensaft auspressen. Milch rechtzeitig aus dem Kühlschrank nehmen und kurz temperieren lassen, bis sie nicht mehr eiskalt ist. Alle Zutaten in ein hohes Gefäß geben. Mit einem Pürierstab von unten nach oben bei voller Leistung zu einer homogenen Masse mixen. Bis zum Servieren kühl stellen.

Für die Garnelen:

2 Garnelen, ohne Kopf, mit Schale, entdarmt
1 Knoblauchzehe
½ Zitrone, Saft
2 EL Olivenöl
1 Zweig Rosmarin
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Garnelen von jeder Seite ca. 1,5 Minuten in Olivenöl anbraten.

Knoblauchzehe andrücken und mit dem Rosmarinzweig zu den Garnelen geben und mitbraten. Garnelen salzen und pfeffern und zum Schluss etwas Zitronensaft darüber geben.

Für den Parmesan-Chip:

50 g Parmesan

Parmesan reiben. Auf einem Backblech Backpapier auslegen. Mithilfe eines Vorspeisenrings (8 cm Durchmesser) zwei Taler aus je 2 EL Parmesan herstellen. Im Ofen 15 Minuten knusprig backen. Ofen ausschalten, die Taler vom Blech nehmen und im Ofen auf einem Rost warmhalten (Tür leicht öffnen, damit es nicht zu heiß ist).

Für die Garnitur: Öl erhitzen und Kapern so lange darin frittieren, bis sie nicht mehr „blubbern“. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
2 EL Kapern Kresse als Garnitur verwenden.
1 Beet Kresse
100 ml Sonnenblumenöl

Aus der Aioli einen Spiegel auf dem Teller anrichten, das Kalbstatar mit einem Anrichtering (5 cm Durchmesser) in die Mitte setzen. Garnele daneben setzen und den Parmesan-Chip an das Kalbstatar stellen. Tatar mit Kresse dekorieren und die frittierten Kapern dekorativ auf dem Teller verteilen



Laut WWF sind tropische **Garnelen**, aus folgenden Gebieten zu empfehlen (*Stand März 2026*):

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



Marita Dinger

Fischsuppe nach "ligurischer Art" mit Sauce Rouille und Crostini

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe:

100 g Lachsfilet, ohne Haut
 100 g Wolfsbarschfilet, ohne Haut
 100 g Seeteufelfilet, ohne Haut
 4 küchenfertige Riesengarnelen
 10 Kirschtomaten
 50 g Karotten
 30 g Staudensellerie
 30 g Fenchel
 50 g rote Paprika
 50 g rote Zwiebeln
 2 Knoblauchzehen
 100 ml trockener Weißwein
 50 ml Pastis
 400 ml Fischfond
 15 g Tomatenmark
 Olivenöl, zum Anbraten
 3 Zweige Thymian
 4 Zweige Basilikum
 ½ TL Safranfäden
 Piment d' Espelette, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gemüse in Streifen schneiden. Zwiebel abziehen und ebenfalls in Streifen schneiden.

2 EL Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Gemüse ca. 5 Minuten andünsten.

Knoblauch abziehen und fein würfeln, mit Tomatenmark unter die Gemüsemischung rühren und kurz andünsten.

Mit Wein ablöschen und aufkochen. Einen Spritzer Pastis dazugeben.

Fischfond angießen, Thymian zugeben und alles 3-5 Minuten kochen lassen.

Fischfilets und Garnelen waschen und trocken tupfen. Fischfilets in große Stücke schneiden. Fisch und Garnelen in die kochend heiße Suppe geben und zugedeckt ca. 5 Minuten ziehen lassen. Mit Safran, Salz und Pfeffer abschmecken.

Restliches Öl in einer Pfanne erhitzen, Tomaten darin 2-3 Minuten anbraten und in die Suppe geben. Mit Basilikum garnieren.

Für die Rouille:

50 g Weißbrot
 1 Knoblauchzehe
 1 Ei
 200 ml neutrales Öl
 Edelsüßes Paprikapulver, zum Würzen
 1 Msp. Chilipulver
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Brot klein würfeln und in 4 EL Suppe einweichen. Ei trennen und das Eigelb auffangen. Knoblauch abziehen, fein hacken und mit dem Eigelb in ein hohes Rührgefäß geben. Brot ausdrücken und mit Paprikapulver und Chilipulver zum Eigelb geben. Mit dem Pürierstab pürieren, Öl einlaufen lassen bis eine dicke Mayonnaise entsteht. Salzen und pfeffern. Ein kleines Schälchen Sauce Rouille zur Suppe reichen.

Für die Crostini:

½ Ciabatta
 2 Knoblauchzehen
 3 EL Olivenöl

Ciabatta in Scheiben schneiden. Knoblauch andrücken. Olivenöl und Knoblauch in einer großen Pfanne bei schwacher Hitze erwärmen. Brotscheiben darin von beiden Seiten rösten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF sind tropische **Garnelen** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (*Stand März 2026*):

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

Laut WWF ist der **pazifische Lachs** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (*Stand März 2026*)

- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Alaska (Wildfang (alle Fangmethoden))
- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Kanada (Buckellachs (*Oncorhynchus gorbuscha*), Ketalachs (*Oncorhynchus keta*): Umschließungsnetze (Ringwaden), Haken und Langleinen (Schleppangeln))

Laut WWF ist der **Wolfsbarsch** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (*Stand März 2026*):

- 1. Wahl: Nördliche und mittlere Biskaya (ICES 8.a-b) Handleinen und Angelleinen
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Nordsee (ICES 4.b-c), Irische See (ICES 7.a), Ärmelkanal und Keltische See (ICES 7.d-h) Handleinen und Angelleinen, Langleinen

Laut WWF ist der **Seeteufel** nur bedingt zu empfehlen. (*Stand März 2026*):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Kantabrische See und Portugiesische Küste (ICES 8.c, 9.a), Island (ICES 5.a), Bisaka (ICES 8.a-d) Stellnetze-Kiemennetze, Grundlangeleinen
- 2. Wahl: Südostatlantik FAO 47: Südafrika (Grundschleppnetze)



Bernd Jakob

Medaillons vom Lamm mit zweierlei Topping, Erbsen-Minz-Püree, Pinienkernen und Apfelstiften

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch:

250 g ausgelöster Lammrücken
 1 Schalotte
 50 g schwarzer Knoblauch
 5 EL Butter
 1 EL Olivenöl
 3 EL helle Sesamkörner
 3 EL dunkle Sesamkörner
 ½ Bund Schnittlauch
 2 Zweige Rosmarin
 1 Prise Mélange noir
 Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Schwarzen Knoblauch und Olivenöl im Mixer zu einer glatten Creme pürieren.

Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und in sehr feine Ringe schneiden.

Fleisch in vier Medaillons schneiden, von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen, mit wenig Olivenöl beträufeln und in einer großen, beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze von allen Seiten goldbraun braten.

Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen. Schalotte abziehen und kleinschneiden.

3 EL Butter mit den Rosmarinnadeln und der Schalotte zum Fleisch in die Pfanne geben, aufschäumen lassen und das Fleisch in der Rosmarinbutter aromatisieren. Dabei die Medaillons regelmäßig wenden und immer wieder mit der schäumenden Butter übergießen. Die Pfanne vom Herd nehmen und das Fleisch in der Resthitze 5 Minuten ziehen bzw. ruhen lassen. Wenn die Butter aufhört zu schäumen, das Fleisch zusammen mit den inzwischen knusprigen Rosmarinnadeln aus der Pfanne nehmen, kurz ruhen lassen.

Eine Seite der Medaillons gleichmäßig mit Schwarzer-Knoblauch-Creme einpinseln. Anschließend die Hälfte der Medaillons mit der Knoblauchcreme in den gerösteten Sesamkörner dippen und die restlichen Medaillons in den fein geschnittenen Schnittlauch.

Für das Püree:

350 g TK-Erbsen
 1 mittelgroße Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 ½ Zitrone, Saft
 1 EL Crème fraîche
 1 ½ EL Butterschmalz
 ½ Bund Minze
 ½ Bund glatte Petersilie
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Petersilie und Minze abbrausen, trockenwedeln und die Blätter abzupfen.

Zwiebel und Knoblauch in Butterschmalz andünsten, ohne sie braun werden zu lassen. Die gefrorenen Erbsen dazugeben und unter Rühren auftauen lassen. Dann einige Minuten unter Rühren weiterdünsten.

Petersilie, Minze, Zitronensaft und Crème fraîche zu den Erbsen geben und alles mit dem Pürierstab fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss abschmecken.

Für die Pinienkerne: Pinienkerne im Ofen bei 160 Grad leicht anrösten.
25 g Pinienkerne

Für das Topping Apfel waschen, trockentupfen und pro Teller ca. ein Viertel davon in feine
1 grüner, süß säuerlicher Apfel, z.B. Stifte schneiden. Mit Pfeffer und Orangenabrieb aromatisieren.
Wellant
1 Orange, Abrieb
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.