

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 05. Juni 2026** ▪
Finalgericht von Björn Freitag



Maishähnchenbrust mit Pfeffersauce, Mangold und Polenta-Schnitten

Zutaten für zwei Personen

Für die Maishähnchenbrust:

- 2 Maishähnchenbrüste, mit Haut
- 3 Zehen junger Knoblauch
- 1 Zitrone, Scheiben
- 1 EL Butter
- 2 EL Rapsöl
- 2 EL Panko
- 2 Zweige Thymian
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen.

Maishähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und im Öl auf der Hautseite kross braten. Nach etwa 5 Minuten wenden und bei schwacher Hitze oder im Ofen fertig garen. Zur Hälfte der Bratzeit den abgezogenen, angedrückten Knoblauch, Thymian und einige Zitronenscheiben zum Aromatisieren mit in die Pfanne geben. Panko mit Butter in einer separaten Pfanne rösten und auf dem fertigen Hähnchen verteilen.

Für die grüne Pfeffersauce:

- 1 EL grüner Pfeffer in Lake
- 2 Schalotten
- 1-2 EL Doppelrahm-Frischkäse
- 400 ml Geflügelfond
- 1 EL Sojasauce
- 1 EL Weißweinessig
- Neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle

Schalotten abziehen, würfeln und in Öl anbraten, dann mit dem Geflügelfond ablöschen. Etwa 5 Minuten leicht einkochen lassen. Frischkäse, Sojasauce und Weißweinessig zugeben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Zum Schluss den grünen Pfeffer unterrühren und die Sauce abschmecken.

Für die Maispolenta-Schnitten:

- 100 g Instant-Polenta
- 40 g Parmesan
- 1 EL Butter + Butter, zum Braten
- 100 ml Milch
- 300 g Geflügelfond
- Muskatnuss, zum Reiben
- Salz, aus der Mühle

Parmesan reiben. Polenta in die köchelnde Milch-Fond-Mischung rühren. Etwa 5-10 Minuten köcheln lassen. Mit Muskat und Salz abschmecken. Polenta dünn auf ein Holzbrett streichen, kurz abkühlen lassen und in Schnitten schneiden. Dann die Schnitten in einer Pfanne mit Butter nachbraten und mit Parmesan bestreuen.

Für den Mangold: Mangold putzen, klein schneiden und in Salzwasser blanchieren. Dabei die Staupe länger kochen und die Blätter nur am Ende kurz dazu geben.
1 Staupe Mangold Knoblauch abziehen, halbieren und eine Pfanne kräftig mit den Zehen
2 Knoblauchzehen ausreiben. Dann den Mangold kurz im Olivenöl schwenken und mit Salz
2 EL Olivenöl und Pfeffer abschmecken.
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Zusatzzutaten von Andrea: *Andrea aromatisierte das Fleisch mit Rosmarin. Die Sauce schmeckte sie mit Cognac ab.*
Rosmarin, Cognac

Zusatzzutaten von Rebecca: *Rebecca nutzte den Rosmarin, um das Maishähnchen zu aromatisieren.*
Rosmarin

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 05. Juni 2026** ▪
Zusatzgericht von Björn Freitag



Tempura-Hähnchen mit Koriander-Mayonnaise

Zutaten für zwei Personen

Für den Tempura-Hähnchen:

1 Maishähnchenbrust
 1 Ei
 2 Stangen Zitronengras
 100 g Mehl + Mehl, zum Bestäuben
 100 g Stärke
 Salz, aus der Mühle

Die Fritteuse auf 170 °C vorheizen.

Ei und 100-200 ml eiskaltes Wasser in einer Schüssel verrühren. Mehl und Speisestärke in einer separaten Schüssel vermengen. Die Ei-Wasser-Mischung nach und nach unter die trockenen Zutaten rühren, bis ein leichter Tempura-Teig entsteht.

Falls nötig die Haut vom Hähnchen entfernen und in einer Pfanne knusprig ausbacken. Fleisch in grobe Streifen schneiden. Auf halbierte Zitronengrasstangen oder Holzspieße stecken. Die Spieße zuerst in Mehl wenden, anschließend durch den Tempura-Teig ziehen. Im heißen Fett goldgelb und knusprig ausbacken.

Für die Glasur:

1 Schalotte
 1 Knoblauchzehe
 ½ grüne Jalapeño
 1 Schuss Reisessig
 2 EL Sweet-Chili-Sauce
 2 EL Aprikosenmarmelade
 2 EL Ketjap Manis
 1 Prise Zucker
 Neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten

Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken. Jalapeño ebenfalls. In etwas neutralem Pflanzenöl die Schalotte glasig bis leicht goldbraun anbraten. Jalapeño hinzufügen und kurz mitbraten.

Eine Prise Zucker zugeben. Knoblauch dazugeben und ebenfalls kurz anschwitzen. Mit Reisessig, Sweet-Chili-Sauce, Aprikosenmarmelade und Ketjap Manis ablöschen. Sauce leicht dicklich einkochen lassen, bis sie sirupartig wird.

Für die Koriander-Mayonnaise:

3 EL Mayonnaise
 ½ Bund Koriander
 1 TL Ketjap Manis

Koriander fein hacken. Mit Mayonnaise und Ketjap Manis verrühren. Alles gut vermengen und nach Geschmack abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.