

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 05. Mai 2026

Vorspeise mit Alexander Kumptner



Arndt Floto

Saiblingstatar mit Meerrettichschaum, Dill-Öl und Kartoffelstroh

Zutaten für zwei Personen

Für das Tatar:

200 g Saiblingsfilet, ohne Haut
 ¼ Salatgurke
 ½ Schalotte
 ½ Granny Smith Apfel
 1 Zitrone, Saft & Abrieb
 1 ½ EL Traubenkernöl
 Salz, aus der Mühle
 Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Den Fisch für ca. 5 Minuten in das Gefrierfach geben. Anschließend herausnehmen und in sehr feine Würfel von ca. 4 mm schneiden. Zitronensaft auspressen. Apfel schälen, sehr fein würfeln und sofort mit etwas Zitronensaft vermengen. Gurke vom Kerngehäuse befreien und ebenfalls in ca. 4 mm kleine Würfel schneiden. Schalotte abziehen und ebenfalls sehr fein würfeln. Alles vorsichtig vermengen. Mit Öl, 2 TL Zitronensaft und -abrieb, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Schaum:

35 g Meerrettich aus dem Glas
 ½ Zitrone, Saft
 120 ml kalte Sahne
 60 ml kalte Milch
 Salz, aus der Mühle

Sahne und Milch kalt in eine Schüssel geben. Meerrettich gegebenenfalls fein reiben und direkt einrühren. Zitronensaft auspressen und mit Salz dazugeben. Ca. 5 Minuten ziehen lassen. Anschließend durch ein sehr feines Sieb passieren und in eine Espumafflasche füllen. Eine Sahnepinsel drehen und zehnmal kräftig schütteln. Bis zum Anrichten in den Kühlschrank legen.

Für das Öl:

25 g Dill
 60 ml neutrales Öl
 1 Prise Salz

Dill grob hacken. Dill zusammen mit dem Öl und Salz in einem Mixer für ca. 45-60 Sekunden sehr fein mixen. Durch ein feines Sieb geben.

Für das Kartoffelstroh:

1 große festkochende Kartoffel
 Neutrales Öl, zum Frittieren
 Salz, aus der Mühle

Kartoffel schälen und in sehr feine Julienne schneiden. 3 Minuten in kaltem Wasser waschen. Sehr gut trocknen. Öl auf ca. 165-175 Grad erhitzen. Kartoffeln in kleinen Portionen goldgelb frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen.

Für die Garnitur:

1 TL Forellenkaviar
 1 Schale kleine, blaue essbare Blüten
 z.B. Kornblume, Borretsch
 1 Zweig Dill

Tatar mithilfe eines Anrichters oder einen Löffel mittig auf den Teller setzen. Dill-Öl rundherum anrichten. Espumafflasche kopfüber halten und eine kleine Wolke Meerrettichschaum seitlich an das Tatar setzen. Mit Blüten, Dillspitzen und Forellenkaviar garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist **Saibling** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand April 2026):

- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Europa (Aquakultur, Kreislaufanlagen)
- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Island (Aquakultur, Durchflussanlagen)



Verena Kommer

Sesam-Knusperröllchen mit asiatischem Rindertatar, fruchtigem Salat und Wasabi-Dressing

Zutaten für zwei Personen

Für die Sesam-Knusperröllchen:

20 g Butter
 ½ TL neutrales Öl
 15 g heller Sesam
 25 g Weizenmehl
 25 g Reismehl
 1 Prise Salz

Den Backofen auf 190 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Butter in einem Topf schmelzen.

70 ml Wasser mit Weizenmehl, Reismehl, Öl und Salz klümpchenfrei verrühren. In einer beschichteten Pfanne hauchdünne Crêpes ohne Farbe ausbacken. Die noch warmen Teigfladen rund ausstechen, auf der Innenseite großzügig mit flüssiger Butter bepinseln und eng um kleine Metallröllchen rollen. Auch außen mit Butter bestreichen und im Sesam wenden. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und 8-10 Minuten goldbraun backen. Röhrrchen vorsichtig lösen und auskühlen lassen.

Für das asiatische Rindertatar:

200 g Rinderfilet
 1 kleine Schalotte
 ½ kleine Knoblauchzehe
 ½ kleine rote Chilischote
 ½ Limette, Abrieb
 1–2 EL Sushi-Ingwer
 25 g Butter
 2 EL Sojasauce
 1 EL Teriyakisauce
 1 EL Sweet-Chili-Sauce
 ½ TL Sesamöl
 ½ Bund Koriander
 ½ TL edelsüßes Paprikapulver
 ½ TL rosenscharfes Paprikapulver
 ½ TL Kokosblütenzucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kaltes Rinderfilet aus dem Kühlschrank sehr fein schneiden und locker hacken. Mit Paprikapulver und Kokosblütenzucker marinieren und kurz kaltstellen. Schalotte und Knoblauch abziehen, Ingwer schälen.

Schalotte, Knoblauch, Ingwer und Chili sehr fein schneiden.

Rindfleisch mit den übrigen Zutaten behutsam vermengen und würzig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kühl halten.

Tatar in einen Spritzbeutel füllen und die Sesamröllchen kurz vor dem Servieren damit befüllen.

Für die Wasabi-Creme:

½ Limette, Saft & Abrieb
 1–2 EL Crème fraîche
 50 ml Milch
 1 EL Wasabi
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Milch mit der Crème fraîche, Wasabi, Saft und Abrieb der Limette, Salz und Pfeffer glattrühren.

Für den Mango-Salat:

100 g Rucola
 50 g Babyspinat
 ½ reife Mango
 ½ Limette, Saft
 Salz, aus der Mühle

Rucola und Spinat waschen, trocken schleudern und zupfen. Mango schälen und in feine Streifen schneiden.

Mango mit etwas Wasabi-Creme vermengen. Salat kurz vor dem Servieren unterheben und mit Limettensaft und Salz abschmecken.

Für die Garnitur: Maracuja halbieren und Fruchtfleisch herauslösen.
2 Maracuja Salat mittig auf Tellern anrichten, zwei gefüllte Sesamröllchen
1 Zweig Koriander daraufsetzen. Mit Maracujafruchtfleisch beträufeln und mit
Korianderblättern garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Marcel Schwetschenau

Takoyaki mit Teriyakisauce und Asia-Mayonnaise

Zutaten für zwei Personen

Für die Takoyaki:

100 g vorgegartener Oktopus
1 Bund Frühlingszwiebeln
2 Eier
200 ml Dashi
2 EL Fischsauce
2 EL Sesamöl
Neutrales Öl, zum Ausbacken
80 g Mehl
½ TL Backpulver

Die Eier aufschlagen und verquirlen. Mehl und Backpulver einarbeiten und mit Dashi zu einem glatten, eher dünnflüssigen Teig verrühren. Bei Bedarf durch ein Sieb passieren. Mit Fischsauce und Sesamöl abschmecken. Frühlingszwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden. Oktopus in kleine Würfel schneiden. Takoyaki-Maker vorheizen und die Mulden mit Öl benetzen. Frühlingszwiebeln und Oktopus kurz darin anbraten. Teig einfüllen, dabei etwas Platz zum Aufgehen lassen. Mit Holzspieß die Halbkugeln regelmäßig drehen, bis sich runde Kugeln formen. So lange backen, bis sie rundum goldbraun sind.

Für die Dashi-Brühe:

3 Blätter Kombu-Alge

300 ml Wasser in einem Topf bei mittlerer Hitze auf 60-80° erhitzen. Alge zurecht schneiden und bei konstanter Temperatur ziehen lassen.

Für die Teriyakisauce:

100 g Knollensellerie
2 Möhren
½ weiße Zwiebel
2 Knoblauchzehen
10 g Ingwer
200 ml Sojasauce
100 ml Mirin
40 ml Sake
40 ml Dashi-Brühe, von oben
Öl, zum Anbraten
Speisestärke, nach Bedarf
100 g brauner Zucker

Gemüse waschen, schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen, Ingwer schälen, alles fein hacken. Öl in einem Topf erhitzen und Gemüse, Zwiebel, Knoblauch und Ingwer anbraten. Mit Sojasauce, Mirin, Sake und Dashi auffüllen. Zucker zugeben und die Sauce um etwa die Hälfte reduzieren. Durch ein Sieb passieren und bei Bedarf mit angerührter Speisestärke leicht abbinden.

Für die Asia-Mayonnaise:

1 Zitrone, Saft
1 Ei
1 TL Dijonsenf
2 TL Reisessig
1 gestr. TL helle Misopaste
200 ml neutrales Öl
1 Prise Salz

Ei trennen und Eigelb auffangen. Eigelb, Senf, Reisessig, Misopaste, 1-2 TL Zitronensaft und Salz verrühren. Unter ständigem Rühren das Öl langsam einarbeiten, bis eine cremige Mayonnaise entsteht.

Für die Garnitur:

1 Noriblatt
2 EL eingelegter Ingwer

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit fein gehackten Noristreifen und Ingwer garnieren und servieren.



Laut WWF ist **Oktopus** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (*Stand April 2026*):

- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Östlicher Ärmelkanal (ICES 7.d-e), Reusen (Fallen)



Eva Piberger-Oberkofler

Mit Feta und Schinken gefüllte Champignons auf Vogersalat

Zutaten für zwei Personen

Für die gefüllten Champignons:

150 g große Champignons
100 g geräucherter Schinken
1 weiße Zwiebel
100 g Feta
100 g Crème fraîche
2 EL Butterschmalz
½ Bund Thymian
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 175 Grad Umluft vorheizen.

Champignons vorsichtig putzen und die Stiele herausdrehen. Stiele fein hacken. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Schinken ebenfalls fein würfeln. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Zwiebelwürfel glasig anschwitzen. Schinken und gehackte Pilzstiele zugeben und kurz mitbraten. Feta mit einer Gabel zerdrücken und mit Crème fraîche verrühren. Thymianblätter von den Zweigen zupfen und fein hacken. Alles mit der Schinken-Zwiebel-Mischung vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Füllung in die Champignonköpfe geben und diese auf ein Backblech setzen. Im vorgeheizten Backofen etwa 10 Minuten garen, bis die Champignons weich sind und die Füllung leicht Farbe annimmt.

Für den Vogersalat:

200 g Vogersalat
½ Zitrone, Saft
2 TL Sauerrahm
4 EL Weißweinessig
1 TL scharfer Senf
5 EL Olivenöl
10 g Pinienkerne
½ Bund Schnittlauch
1 TL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Vogersalat gründlich waschen, trocken schleudern und putzen.

Weißweinessig, Zitronensaft, Senf und Zucker verrühren. Sauerrahm untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Olivenöl langsam einarbeiten, bis ein cremiges Dressing entsteht. Salat kurz vor dem Anrichten mit dem Dressing vermengen. Schnittlauch fein schneiden. Pinienkerne kurz ohne Fett in der Pfanne anrösten. Vogersalat auf Tellern anrichten, gefüllte Champignons daraufsetzen und mit Schnittlauch bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Henning Hoffstedde

Jakobsmuscheln auf Erbsenpüree mit grünem Spargel, Beurre blanc und knusprigem Speck

Zutaten für zwei Personen

Für die Jakobsmuscheln:
 4 küchenfertige Jakobsmuscheln
 6 TL kalte Butter
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Muskel der Jakobsmuschel putzen, waschen und sehr gut trocken tupfen. Etwas einbuttern.

Eine Pfanne stark erhitzen, etwas Olivenöl zugeben und die Jakobsmuscheln mit der Butterseite nach unten etwa 2-3 Minuten ohne Bewegung anbraten. Wenden und weitere 1-2 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Erbsenpüree:
 250 g TK-Erbesen
 ½ Schalotte
 ½ Knoblauchzehe
 ¼ Zitrone, Abrieb & Saft
 20 g Parmesan
 20 g Butter
 40 ml Sahne
 1 Prise Zucker
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einem Topf schmelzen. Schalotte abziehen, fein würfeln und glasig anschwitzen. Knoblauch abziehen, fein hacken und kurz mitziehen lassen.

Erbesen gefroren zugeben und 3-4 Minuten dünsten. Sahne angießen und etwa 5 Minuten sanft köcheln lassen. Alles fein pürieren. Parmesan reiben, dann Parmesan, Zitronenabrieb, Zitronensaft, Zucker, Salz, Pfeffer und etwas Muskat zugeben und erneut mixen. Püree durch ein feines Sieb streichen und warmhalten.

Für den grünen Spargel:
 8 grüne Spargelstangen
 1 Zitrone, Saft
 1 EL Butter
 1 TL heller Balsamicoessig
 1 Prise Zucker
 Salz, aus der Mühle

Spargel waschen, holzige Enden entfernen und auf etwa 8-9 cm kürzen. Butter in einer Pfanne erhitzen, Zucker zugeben und leicht karamellisieren lassen. Spargel darin schwenken, mit Balsamicoessig und etwas Zitronensaft ablöschen und mit Salz abschmecken.

Für die Beurre blanc:
 1 Schalotte
 120 g kalte Butterwürfel
 100 ml trockener Weißwein
 1 EL Weißweinessig
 Salz, aus der Mühle

Schalotte abziehen, fein hacken und mit Weißwein und Weißweinessig in einem kleinen Topf stark reduzieren, bis nur noch 2-3 Esslöffel Flüssigkeit verbleiben. Hitze reduzieren und die kalten Butterwürfel nach und nach unter ständigem Rühren einmontieren. Sauce nicht kochen lassen. Mit Salz abschmecken.

Für den Speck:
 120 g Pancetta

Pancetta sehr fein würfeln und langsam in einer Pfanne auslassen, bis er tief goldbraun und knusprig ist. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und grob zerdrücken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



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

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