

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 8. Juni 2021** ▪  
ChampionsWeek ▪ **"Spargel" mit Johann Lafer**



Guido Reiter

**Japanischer Mini-Spargel-Salat und weißer gebratener Spargel mit Morcheln à la crème und Knusperblatt**

Zutaten für zwei Personen

**Für den weißen Spargel:**

8 Stangen weißer Spargel  
½ Zitrone, 1 TL Saft  
2 EL Traubenkernöl  
1 EL Butter  
1 Prise Zucker  
Salz, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Heißluft vorheizen.

Weißer Spargel schälen. Wasser aufsetzen und Salz, Zucker und Zitronensaft zum Wasser geben. Spargel darin knackig kochen. Spargelstangen herausnehmen, abtupfen und in Butter und Traubenkernöl anbraten, bis sie etwas Farbe angenommen haben.

**Für die Morcheln à la crème:**

100 g getr. Morcheln, 1 Std. vorher in Wasser eingelegt  
1 Schalotte  
1 EL Butter  
50 ml Cream Sherry  
2 EL geschlagene Sahne  
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Morcheln über ein Sieb mit Passiertuch abgießen. Flüssigkeit auffangen. Morcheln abwaschen und auf Küchenpapier abtrocknen. Schalotte abziehen, fein hacken und mit den Morcheln in der Butter anschwitzen. Mit Cream Sherry ablöschen und etwas einköcheln lassen. Sahne schlagen. Morcheln mit weißem Pfeffer und Salz würzen. Die geschlagene Sahne unterrühren.

**Für das Knusperblatt:**

1 Strudelblatt  
1 EL Butter  
gemahlener Koriander  
2 Prisen Fleur de Sel  
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Strudelblatt in 10 x 7 cm große Rechtecke schneiden. Butter schmelzen und Strudelblatt damit bestreichen. Mit Pfeffer, Salz und gemahlenem Koriander bestreuen. Für 4 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben.

**Für den grünen japanischen Spargelsalat:**

100 g grüner Minispargel  
1 EL Mirin  
1 EL helle Sojasauce  
1 EL Reisessig  
1 TL geröstetes Sesamöl  
1 TL schwarzer Sesam  
1 TL weißer Sesam  
½ TL Ingwerpulver  
Eiswasser

Minispargel für 3 Minuten in siedendes Wasser geben und im Eiswasser abschrecken.

Mirin, Sojasauce, Reisessig, Sesamöl und Ingwerpulver zu einer Marinade verrühren und Spargel darin marinieren. Den schwarzen und den weißen Sesam anrösten.

**Für die Garnitur:**

½ TL Shichimi Togarashi

Den weißen Spargel auf einer Tellerhälfte legen. Daneben die Morcheln à la crème längs anrichten. Knusperblatt anlegen. Auf der anderen Tellerhälfte den Minispargel Mikado-artig anrichten, mit dem gemischtem gerösteten Sesam und Shichimi Togarashi bestreuen und servieren.



**Karl Braun**

## **Panierter Spargel mit Bozner Sauce, Petersilien-Kartoffeln und gemischtem Salat**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den panierten Spargel:**

10 Stangen weißer Spargel  
1 Zitrone  
50 g Pankomehl  
50 g Semmelbrösel  
50 g Mehl  
2 Eier  
100 g Butter  
Rapsöl, zum Frittieren  
Chilisalz  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Spargel schälen und 10 Minuten im Dämpfer garen.

Spargel etwas abkühlen lassen, mit Zitronensaft beträufeln und anschließend salzen und pfeffern.

Ei trennen und Eigelb aufschlagen. Dann mehlieren und in geschlagenen Eigelb wenden. Zum Schluss in Panko und Semmelbrösel rundherum wenden. Chilisalz dazugeben.

Öl und Butter in eine Pfanne geben, panierten Spargel darin von allen Seiten braten bis er eine schöne goldgelbe Farbe hat.

Aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

### **Für die Bozner Sauce:**

4 Eier  
1 EL mittelscharfer Senf  
2 Essigurken  
Etwas Essigurkenwasser  
1 EL Rotweinessig  
1 Bund Schnittlauch  
Prise Zucker  
Salz, aus der Mühle

Eier acht Minuten lang hart kochen. Eigelb aus dem Eiweiß entnehmen und in eine Schüssel geben. Eiweiß in kleine Würfel schneiden. Eigelb mit Senf und etwas Essigwasser zu einer Creme rühren. Essigurken in kleine Würfel schneiden und zur Ei-Senfmasse hinzugeben.

Ei-Senf-Gurkenmasse gut durchmischen und mit Zucker, Salz und Rotweinessig abschmecken. Das gewürfelte Eiweiß mit der Senfcreme und geschnittenen Schnittlauch mischen und nochmals mit Salz abschmecken.

### **Für die Petersilien-Kartoffeln:**

5 festkochende Kartoffeln  
1 Bund glatte Petersilie  
75 g Butter  
Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, vierteln und in Wasser mit einer Prise Salz ca. 20 Minuten kochen bis sie gar sind. Abgießen, in eine Schüssel geben und kurz vor dem Servieren Butter und gehackte Petersilie zu den Kartoffeln geben, vorsichtig durchmischen und nachsalzen.

### **Für den gemischten Salat:**

50 g Feldsalat  
50 g Rucola  
5 Radieschen  
1 Salatgurke  
1 Knoblauchzehe  
1 EL mittelscharfen Senf  
1 EL Honig  
Rotweinessig  
Rapsöl  
1 Bund Schnittlauch  
Zucker, zum Abschmecken  
Salz, aus der Mühle

Salat waschen und trockenschleudern. Radieschen und Gurke waschen und kleinschneiden. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und in feine Röllchen schneiden. Knoblauch abziehen und reiben. Eine Vinaigrette aus Honig, Knoblauch, Senf, Zucker, Salz, Essig und Öl herstellen und zum Salat geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Julia Riedmiller

## Zweierlei vom Spargel: Spargelspitzen mit Kartoffelrösti und Hollandaise & Grün-weißer-Spargelsalat mit Erdbeeren

Zutaten für zwei Personen

### Für den Salat:

200 g grüner Spargel  
200 g weißer Spargel  
200 g Erdbeeren  
50 g Feta  
½ Bund frische Minze  
50 g Walnusskerne  
30 g Zucker  
1 EL Olivenöl

Den Backofen auf 170 Grad Heißluft vorheizen. Walnüsse auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech für 8 Minuten rösten. Anschließend in Zucker karamellisieren und hacken.

Grünen und weißen Spargel schälen, die holzigen Enden abbrechen und in Scheiben schneiden. Weißen Spargel in etwas Olivenöl dünsten. Erdbeeren in dünne Scheiben schneiden. Minze abrausen, trockenwedeln, klein hacken und mit Erdbeeren vermengen. Am Ende Feta über den Salat bröckeln.

### Für die Zitronen-Marinade:

1 Zitrone  
2 EL Olivenöl  
1 TL brauner Zucker  
Salz, aus der Mühle

Zitrone halbieren und auspressen. Zitronensaft mit Zucker, Salz und Olivenöl vermengen und zu gleichen Anteilen über Erdbeer, grünen und weißen Spargel geben.

### Für das Balsamico-Dressing:

1 TL Senf  
1 EL Balsamico  
1 TL Honig  
2 EL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Senf, Balsamico und Honig mit Salz und Pfeffer mischen. Olivenöl mit einem Schneebesen in das Dressing einrühren.

### Für die Hollandaise:

100 g Butter  
1 Ei  
1 Zitrone  
1 TL Dijonsenf  
1 TL Crème fraîche  
1 Spritzer Weißwein  
1 TL Zucker  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einem kleinen Topf schmelzen lassen. Ei trennen und Eigelb mit Zitronensaft, Senf, Crème fraîche, Zucker und Salz pürieren.

Butter bei laufendem Pürierstab langsam zu der Eimasse gießen. Mit Salz, Pfeffer und Weißwein abschmecken.

### Für die Kartoffelrösti:

200 g vorwiegend festkochende  
Kartoffeln  
1 Ei  
1 EL Mehl  
4 EL Butterschmalz  
Muskatnuss, zum Reiben  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffel schälen und klein raspeln. Ei trennen. Kartoffel mit Eigelb, Salz, Pfeffer, Muskat und Mehl vermengen. Kartoffelmasse zu Rösti formen und mit Butterschmalz in einer Pfanne goldbraun braten.

**Für die Spargelspitzen:** Wasser mit einem Spritzer Zitronensaft, Butter, Zucker und Salz zum Kochen bringen. Spargelspitzen hinzufügen und ca. 10 Minuten ziehen lassen. Kartoffelrösti mit Spargel, Schinken und Hollandaise garnieren.

8 weiße Spargelspitzen  
100 g gekochter Wacholderschinken  
1 Zitrone  
20 g Butter  
1 Prise Zucker  
Salz, aus der Mühle

**Für die Garnitur:** Zum Schluss mit den karamellisierten Walnüssen bestreuen und mit kleine essbare Blüten garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Thorsten Hamann

### **Dreierlei vom Spargel: Weiße Spargelspitzen mit Zitronen-Mayonnaise & Grüner Ofen-Spargel mit Schnittlauch-Vinaigrette & Spargelmousse mit Rhabarber und Kartoffelwürfeln**

Zutaten für zwei Personen

#### **Für die Spargelspitzen:**

150 g weißer Stangenspargel  
1 Zitrone  
Olivenöl  
Zucker, zum Abschmecken  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Etwas Wasser mit einer Scheibe Zitrone, Öl, Salz, Pfeffer und Zucker in einem Topf zum Kochen bringen. Spargel schälen und um die Enden kürzen. Spargelstangen um die Spitzen auf mehrere Zentimeter Länge kürzen und für die Mousse beiseitestellen. Spargelspitzen je nach Dicke ca. 8 Minuten kochen, so dass sie noch bissfest sind. Ein bis zwei Schöpfkellen des Spargelfonds für die Schnittlauch-Vinaigrette kühl zur Seite stellen.

#### **Für die Mayonnaise:**

1 Zitrone  
2 Eier  
1 EL Dijonsenf  
200 ml Rapsöl  
20 ml Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Eier trennen und nur die Eigelbe mit dem Senf in einem hohen Gefäß verrühren. Nach und nach das Rapsöl mit einem Stabmixer unterrühren, bis eine Mayonnaise entsteht. Zum Schluss noch mit etwas Olivenöl, Salz, Pfeffer und frisch gepresstem Zitronensaft und frisch abgeriebener Zitronenzeste abschmecken und kalt stellen.

#### **Für die Spargelmousse:**

250 g weißer Stangenspargel  
1 Stange grüner Spargel  
200 ml Sahne  
1 Ei  
1-2 TL Agar-Agar  
Rapsöl  
Eiswasser  
Salz, aus der Mühle  
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Spargelstangen schälen, in Stücke schneiden und mit der Sahne für ca. 10-15 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln, dabei mit Salz und Pfeffer würzen. Agar-Agar in den letzten 2 Minuten hinzufügen und mit kochen lassen. Wenn der Spargel weich genug ist, die Masse gut pürieren und kaltstellen. Sobald die Masse abgekühlt ist, Ei trennen, das Eiweiß mit einer Prise Salz zu Eischnee schlagen, unter die Spargelmasse mit einem Schneebesen unterheben, in eine Schale oder in eingeeölte Servierringe auf einer glatten Unterlage füllen und kaltstellen. Zum Anrichten etwas grünen Spargel über die Mousse hobeln.

#### **Für den grünen Spargel mit Schnittlauch-Vinaigrette:**

6 Stangen grüner Spargel  
1 Schalotte  
1 kl. Bund Schnittlauch  
1 TL Weißweinessig  
1 TL Dijonsenf  
1 kl. Stück Butter  
1 TL Zucker  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Enden vom grünen Spargel abschneiden und Spargel mit ein paar Butterflocken und einer Prise Salz in Alufolie eingewickelt im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad Umluft für ca. 15-20 Minuten garen. Für die Vinaigrette die geschälte Schalotte in kleine Würfel schneiden, mit fein gehacktem Schnittlauch, etwas Spargelfond und den restlichen Zutaten vermischen und abschmecken. Den fertig gegarten grünen Spargel aus der Folie nehmen, mit der Vinaigrette vermengen und anrichten.

**Für den Rhabarber:** Rhabarber von Fäden befreien und in gleich große Stücke schneiden und zusammen mit den Himbeeren und dem Zucker in einem Gefrierbeutel im Wasserbad für ca. 10 Minuten garen, so dass der Rhabarber noch Biss hat.

2 Stangen Rhabarber  
150 g Himbeeren  
3-4 EL Zucker

**Für die Kartoffelwürfel:** Kartoffeln waschen, schälen, in gleichmäßige Würfel schneiden, mit etwas Olivenöl, Rapsöl und Salz vermengen und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad Umluft für ca. 30 Minuten garen, bis sie knusprig sind.

2 festkochende Kartoffeln  
Olivenöl  
Rapsöl  
Salz, aus der Mühle

Die einzelnen Komponenten auf einem Teller anrichten und servieren.



Verena Schiller

## Spargelsuppe mit knusprigen Fischbällchen und lauwarmer Spargelsalat

Zutaten für zwei Personen

### Für die Spargelsuppe:

2 Bund weißen Spargel  
4 Schalotten  
250 ml Geflügelfond  
1 Zitrone  
200 ml Sahne  
50 ml Weißwein  
50 g Butter  
Etwas Speisestärke  
2 Zweige Thymian  
Etwas Zucker

Den Spargel mit einem Sparschäler schälen.  $\frac{3}{4}$  des Spargels schneiden (der Rest wird für den Salat benötigt). Ca. 500 ml Wasser mit dem Geflügelfond zum Kochen bringen, Zucker, Saft der Zitrone und Spargelschalen hinzufügen. Alles ca. 15 Minuten kochen lassen. Abgießen und den Sud auffangen und beiseitestellen. Schalotten abziehen, kleinschneiden und in einem Topf mit Butter glasig andünsten. Mit Sud ablöschen und den restlichen Sud hinzufügen. Geschnittenen Spargel in den Sud geben. Weißwein hinzufügen, aufkochen lassen und reduzieren. Wenn der Spargel weich ist, mit einem Pürierstab aufmixen. Sahne, Salz, Pfeffer und etwas Thymian hinzufügen. Bei Bedarf leicht (!) mit Stärke abbinden. Nochmals schaumig mixen.

### Für die Fischbällchen:

200 g Kabeljau Loin, ohne Gräten  
10 Garnelen, küchenfertig, ohne Schale  
100 ml Sahne  
Etwas franz. Wermut  
1 kleines Bund Koriander  
Pankomehl  
1 L neutrales Öl, zum Frittieren

Fisch und Garnelen kleinschneiden und kurz in den Froster geben damit der Fisch sehr kalt ist. Nach ein paar Minuten den Fisch und die Garnelen in einen Cutter geben und zusammen mit Sahne, Wermut und Koriander mixen, dass eine grobe Paste entsteht.

Aus der Paste kleine Bällchen formen und in Pankomehl gleichmäßig wälzen. Öl in einen Topf geben und erhitzen, mit einem Holzkochlöffel testen, sobald kleine Bläschen am Kochlöffel aufsteigen ist das Öl heiß genug. Bällchen frittieren, bis sie goldbraun sind. Mit einem Schaumkelle aus dem Topf heben und auf einem Küchentuch abtropfen lassen.



Achten Sie beim Kauf von **Garnelen** auf das MSC-Siegel. Wie Fischprodukte können Garnelen aus Wildfang dieses Siegel tragen. Die Bodenbewohner dürfen zum Beispiel nur mit Netzen gefangen werden, aus denen Fische herausschwimmen können und die dem Meeresboden nicht schaden. Auch Garnelen aus Aquakultur können Sie bedenkenlos kaufen. Beim Kauf aber unbedingt auf eine ASC-, Bio- oder Naturland-Zertifizierung achten.

Atlantischen **Kabeljau** mit MSC-Siegel können Sie bedenkenlos kaufen. Achten Sie auf die Bezeichnung: FAO 27 Nordostatlantik (MSC) oder FAO 27 Nordostatlantik – Barentssee / Norwegische See (Nicht-MSC).

### Für den Spargelsalat:

1 Bund grüner Spargel  
 $\frac{1}{4}$  Zitrone, Saft  
Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Grünen Spargel an den unteren Enden abschneiden und falls nötig den unteren Teil etwas schälen. Spargel in gleichmäßige Stücke schneiden. In einer Pfanne etwas Sud des weißen Spargels aufkochen und den Spargel hineingeben. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und etwas Olivenöl würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 8. Juni 2021 ▪  
ChampionsWeek ▪ Zusatzgericht von Johann Lafer



### Weißer Spargel aus dem Dampfgarer

Zutaten für zwei Personen

**Für den Spargel:**  
1 Bund weißer Spargel  
500 ml Gemüsefond  
½ Zitrone  
2 Zweige Thymian  
Etwas Zucker  
Salz, aus der Mühle

Den Spargel mit einem Sparschäler schälen. In den Dampfgarer etwas Gemüsefond geben, dann den Dämpfeinsatz einsetzen. In diesen Dämpfeinsatz die geschälten Spargelstangen legen. Dabei unbedingt darauf achten, dass die Spargelstangen ausschließlich nebeneinander und keinesfalls übereinander liegen.

Zwei Zitronenscheiben oder etwas Zitronensaft auf den Spargel geben, außerdem Salz, Zucker und nach Belieben frische Kräuter für das Aroma dazugeben (z.B. Thymian).

Den Deckel auf den Topf setzen und auf dem Herd bei mittlerer Hitze den Spargel dämpfen. Die Dauer hängt davon ab, wie dick die Spargelstangen sind. Gartest mit einem Holz- oder Metallspieß durchführen. Der Spieß muss ohne großen Widerstand durch den Spargel gesteckt werden können. Das Gericht servieren.



Spargel niemals in Wasser kochen, weil dadurch der Spargel auslaugt und an Geschmack verliert.



### Weißer Spargel aus dem Ofen

Zutaten für zwei Personen

**Für den Spargel:**  
1 Bund weißer Spargel  
4 TL Butter  
½ Zitrone  
Etwas Zucker  
Salz, aus der Mühle

Den Spargel mit einem Sparschäler schälen.

Den geschälten Spargel auf ein großes Stück Alu-Folie legen. Dabei darauf achten, dass die Spargelstangen ausschließlich nebeneinander und keinesfalls übereinander liegen. Etwas Butter auf den Spargel geben, außerdem Salz, Zucker und zwei dünne Zitronenscheiben. Dann wie ein Päckchen einwickeln und die Folie dabei fest verschließen. Bei 180 bis 200 Grad in den Ofen geben und im eigenen Saft garen lassen. Die Garzeit hängt von der Größe/ Stärke der Spargelstangen ab.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.