

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 19. Juni 2025** ▪
ChampionsWeek ▪ "Warenkorb" von Zora Klipp

1. Seezunge im Ganzen
2. Riesengarnelen mit Kopf und Schale
3. Weißer Spargel
4. Dicke Bohnen (Favabohnen), mit Schale
5. Vorw. festkochende Kartoffeln
6. Fregola sarda
7. Erdbeeren
8. Basilikum
9. Buttermilch
10. Vanilleschote
11. Panko
12. Macadamia

Basics

Eier	Sahne	Milch
Butter	Mehl	Stärke
Schalotten	weiße Zwiebeln	rote Zwiebeln
Ingwer	Knoblauch	Zitrone Limette Orange
Rotwein	Weißwein	Weißweinessig
Honig	Senf	Gemüse- und Fleischfond
Olivöl	neutrales Öl	Parmesan
Muskatnuss	Lorbeer	Thymian
Rosmarin	Petersilie	Chili, aus der Mühle
Zucker	Salz	Schwarzer Pfeffer



Anne Berger

Dreierlei vom Spargel: Garnelen-Spargel-Ceviche & Spargel-„Hotdog“ mit gepickelten Zwiebeln und Basilikum-Mayonnaise & Karamellisierte Spargel mit Erdbeeren und Macadamia-Creme

Zutaten für zwei Personen

Für das Ceviche:

100 g Riesengarnelen, mit Kopf und Schale
2 Stangen weißen Spargel
20 dicke Bohnen/Favabohnen mit Schale
1 Schalotte
1 cm Ingwer
2 Limetten, Saft
3 EL glatte Petersilie
2 Prisen Zucker
Chili, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Garnelen von Kopf und Schale befreien, entdarmen und in kleine Stücke schneiden. Spargel schälen und die holzigen Enden entfernen. Spargel in dünne Scheiben schneiden. Bohnen pulen und in Salzwasser blanchieren. Schalotte abziehen und fein hacken, Ingwer schälen und reiben. Limetten auspressen.

Alle Zutaten in einer Schüssel vermengen und mit Chili, Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss die Petersilie fein schneiden und unterheben.

Für den Spargel „Hotdog“:

2 Stangen weißer Spargel
2 kleine längliche, vorwiegend festkochende Kartoffeln
1 kleine rote Zwiebel
1 Zitrone, Saft
2 Eier
½ TL Senf
100 ml Weißweinessig
200 ml Rapsöl
500 ml neutrales Öl
50-100 g Basilikum
50 g Mehl
100 g Panko
1 Prise Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ein Ei in einem hohen Gefäß aufschlagen und mit dem Senf verquirlen. 200 ml Rapsöl dazugeben und dann den Pürierstab langsam von unten nach oben ziehen. Solange pürieren, bis die Mayonnaise eine cremige Konsistenz hat. Zitrone halbieren und 1 TL Zitronensaft einrühren, dann mit Salz und Pfeffer abschmecken. Basilikumblätter hinzugeben und zusammen mit der Mayonnaise nochmals pürieren.

Spargel schälen, die holzigen Enden entfernen und in ca. 8 cm große Stücke schneiden. Wasser mit Salz und Zucker zum Kochen bringen und den Spargel ca. 9 Minuten blanchieren. Spargel kalt abschrecken und anschließend in Mehl und dann in Ei wenden. Zum Schluss den Spargel in Panko panieren und in heißem Öl frittieren.

Kartoffel im rohen Zustand so zuschneiden, dass sie einem Hotdog-Brötchen ähnelt. Anschließend die Kartoffeln in Salzwasser ca. 15 Minuten weichkochen. Danach abtropfen lassen und kurz in der Fritteuse nachgaren.

Zwiebel abziehen und in kleine Ringe schneiden. In einer Pfanne mit Weißweinessig aufkochen.

Für den süßen Spargel:
4 Stangen weißen Spargel
250 g Erdbeeren
2 Zitronen, Saft & Abrieb
1 EL Butter
200 ml Sahne
2 EL Honig
50 g Macadamianüsse
½ Bund frischer Thymian
½ Vanilleschote
2 EL Zucker

Spargel schälen und die holzigen Enden wegschneiden. Spargel in dünne Stücke schneiden und in Butter zusammen mit dem Zucker und Honig in einer Pfanne karamellisieren. Vanille und Zitronenabrieb untermischen.

Erdbeeren waschen und in kleine Würfel schneiden. Mit Zucker, etwas Zitronensaft und frischem Thymian vermengen.

Sahne mit den Macadamianüssen, etwas Zucker und Zitronenabrieb aufkochen. Anschließend mit einem Multizerkleinerer bis zur gewünschten Konsistenz pürieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF sind **Garnelen** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand: Mai 2025):

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