

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 03. Februar 2026** ▪
Vorspeise mit Nelson Müller



Tim Frömel

Frittiertes Wachtelei mit Erbsencreme auf Laugencrostini mit Kresse-Mayonnaise, karamellisierten Silberzwiebeln, Mandeln und Schafskäse

Zutaten für zwei Personen

Für das frittierte Wachtelei:

4 Wachteleier
 1 Ei
 100 g Panko
 100 g Mehl
 Neutrales Pflanzenöl, zum Frittieren
 Salz, aus der Mühle

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und die Wachteleier exakt 02:30 Minuten kochen. Dann abschrecken und pellen.

Aus Mehl, verquirlten Ei und Panko eine Panierstraße aufstellen. Die gepellten Eier zuerst im Mehl wenden, dann durch das Ei ziehen und mit Panko panieren. Das Pflanzenöl erhitzen und die panierten Eier zügig im heißen Öl frittieren, damit das Eigelb nicht hart wird. Die frittierten Eier auf Küchenpapier abtropfen lassen und in jeweils zwei Hälften schneiden.

Für die Erbsencreme:

400 g junge TK-Erbsen
 3 Knoblauchzehen
 ½ Limette, Saft
 2 EL Crème fraîche, 30 % Fett
 1 Beet Gartenkresse
 3 Zweige Minze
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die tiefgekühlten Erbsen kurz in heißem Wasser blanchieren und anschließend abtropfen lassen. Knoblauch abziehen, grob hacken und zusammen mit den Erbsen, Crème fraîche, Kresse und Minzblättern zu einer glatten Creme pürieren. Eine Handvoll blanchierte Erbsen und etwas Kresse für die Garnitur beiseitestellen. Limettensaft unterrühren und die Creme mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Laugencrostini:

2 mittelgroße Laugenstangen
 1 EL Butterschmalz

Laugenstangen mittig ausschneiden, sodass ein Art Schiffchen entsteht, dann halbieren. Laugen-Schiffchen von beiden Seiten im Butterschmalz leicht anbraten.

Für die Kresse-Mayo:

½ Limette, Saft
 1 Ei, Größe M
 2 Beete Gartenkresse
 1 TL mittelscharfer Senf
 150 ml Maiskeimöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ei in ein hohes schmales Gefäß schlagen, den Senf dazugeben und vorsichtig pürieren. Dabei fortlaufend das Maiskeimöl hinzufügen, bis die Mayonnaise anzieht. Dann die Kresse hinzufügen und mit der Zugabe von ein wenig Öl die Konsistenz steuern. Mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Limettensaft abschmecken.

Für die karamellisierten

Silberzwiebeln:

1 Glas in Brantweinessig eingelegte
 Silberzwiebeln
 1 EL Butter
 50 g gehackte Mandeln
 3 TL brauner Zucker

Silberzwiebeln abtropfen lassen und mit Küchenpapier trocken tupfen. In einem Topf die Butter erhitzen, die Zwiebeln hinzufügen und den Zucker gleichmäßig darüberstreuen. Zwiebeln bei mittlerer Hitze anbraten und ca. 10 Minuten karamellisieren, dann die gehackten Mandeln untermengen.

Für die Garnitur: Karotte schälen und fein reiben. Schafskäse zerbröseln.
1 kleine Karotte
30 g Schafkäse

Die Laugencrostini mittig auf den Tellern platzieren und mit Erbsencreme bestreichen. Jeweils zwei panierte Wachtelei-Hälften daraufsetzen und mit blanchierten Erbsen garnieren. Kresse-Mayonnaise darüberträufeln und mit Kresseblättern sowie geraspelter Karotte dekorieren. Auf den Teller etwas Erbsencreme streichen, die karamellisierten Silberzwiebeln mit Mandeln darauf anrichten und den Schafskäse darüber zerbröseln.