

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 29. Juli 2025 ▪
Vorspeise mit Cornelia Poletto



Johannes Hamackers

Krabbenatar-Türmchen mit Guacamole, Wasabi-Chili-Mayonnaise, Ingwer-Apfel-Topping und selbstgemachten Tortilla-Chips

Zutaten für zwei Personen

Für die Wasabi-Chili-Mayonnaise:

1 Ei, Größe L
 2 TL Wasabipaste
 2 EL süßsaure Chilisauce
 1 EL Reisessig
 150 ml Sonnenblumenöl
 1 Prise Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Ei und Wasabipaste in einen hohen, schmalen Becher geben. Mit dem Pürierstab mixen. Das Öl tröpfchenweise untermixen, bis eine Emulsion entsteht. Reisessig und Chilisauce unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Für das Krabbenatar:

250 g gepulzte Nordseekrabben
 1 rote Chilischote
 2 EL Sojasauce
 2 EL Olivenöl

Chilischote von Kernen und Trennhäuten befreien, fein würfeln und das Krabbenfleisch fein hacken. Krabbenfleisch, Chili und Olivenöl mischen und mit Sojasauce würzen.

Für die Guacamole:

1 reife Avocado
 1 Knoblauchzehe
 1 Limette, Saft
 1 EL Olivenöl
 3 Zweige Koriander
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Avocado halbieren, Stein entfernen und aus der Schale lösen. Limette auspressen. Knoblauch abziehen und fein reiben. Avocado, Knoblauch, Limettensaft und Olivenöl mit einer Gabel fein zerdrücken. Korianderblätter abzupfen, hacken und untermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Tortilla-Chips:

2 EL Olivenöl
 Pflanzenöl, zum Frittieren
 100 g Maismehl
 50 g Weizenmehl, Type 405
 1 TL Salz
 Salz, aus der Mühle zum Würzen

Fritteuse auf 170 Grad vorheizen.

Maismehl, Weizenmehl, Salz und Olivenöl in eine Schüssel geben. 250 ml heißes Wasser nach und nach hineingeben und mit Hilfe einer Küchenmaschine mit Knethaken zum Teig verarbeiten. Den Teig mit einem Nudelholz dünn ausrollen. In Dreiecke schneiden und in der Fritteuse ausbacken. Auf einem Küchentuch abtropfen lassen und mit Salz würzen.

Für das Topping:

1 Stange Staudensellerie
25 g frischer Ingwer
1 grüner Apfel, Granny Smith
½ Zitrone, Saft
1 kleines Beet Shiso-Kresse
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ingwer schälen und in feine Streifen schneiden. Staudensellerie in dünne Scheiben schneiden. Apfel vom Kerngehäuse befreien, in feine Streifen schneiden. Kresse abzupfen.

Zitrone auspressen. Zitronensaft mit Olivenöl verrühren. Alles mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF sind **Nordseekrabben** nur bedingt zu empfehlen. Wenn sie auf dem Teller laden, dann aus folgenden Fanggebieten (*Stand Juli 2025*):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Nordsee (ICES 4), Grundsleppnetze