

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 09. Juni 2026 ▪
ChampionsWeek ▪ "Streetfood aus aller Welt" mit Zora Klipp



Marcel Schwetschenau

Kolumbien: Patacones mit Camarones al ajillo, Hogao und Guacamole

Zutaten für zwei Personen

Für die Patacones:

2 unreife Kochbananen
2 Knoblauchzehen
Öl, zum Frittieren
Salz, aus der Mühle

Die Fritteuse auf 150°C vorheizen.

Kochbananen schälen, von dunklen Stellen befreien, in 3-4 cm breite Stücke schneiden und diese bei 150°C 3-4 Minuten vorfrittieren, um sie weich zu bekommen.

Knoblauch abziehen und mit 200 ml Wasser pürieren. Das Wasser salzen, sodass es versalzen schmeckt.

Die vorfrittierten Bananenstücke mit einer Tortillapresse in circa 5 mm starke Scheiben pressen.

Die Scheiben für ein paar Sekunden in das Knoblauch-Wasser legen, dann abtropfen lassen und bei 180°C im heißen Öl goldgelb frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Camarones al ajillo:

10 küchenfertige Black Tiger Garnelen, ohne Kopf, ohne Schale, ohne Darm
4 Garnelen-Karkassen
1 rote Zwiebel
1 Knoblauchknolle
1 Limette, Saft
2 EL Butter
200 ml Weißwein
6 EL Olivenöl
2 getrocknete Guajillo-Chilis
½ Bund glatte Petersilie
1 geh. TL edelsüßes Paprikapulver
Chilipulver, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

In einer Pfanne die Butter und das Olivenöl schmelzen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel fein würfeln, Knoblauch in Scheiben schneiden.

Guajillo-Chilis mit einem Bunsenbrenner kurz abflämmen, danach in dünne Scheiben schneiden und dabei von den Kernen befreien.

Karkassen, Zwiebel und Knoblauch bei mittlerer bis hoher Hitze in der Butter-Olivenöl-Mischung anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen. Mit Paprikapulver würzen. Dann Karkassen entfernen und die Garnelen in die Pfanne legen, von beiden Seiten 1-2 Minuten gar ziehen. Anschließend aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Die Herdplatte ausschalten.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln, grob hacken und in die Pfanne geben. Mit Salz, Pfeffer, Limettensaft und Chilipulver abschmecken. Die Garnelen in einer Schale anrichten und mit dem Inhalt der Pfanne beträufeln.

Für die Hogao:

3 Rispentomaten
2 Frühlingszwiebeln
1 Knoblauchzehe
Olivenöl, zum Anschwitzen
1 EL gemahlener Kreuzkümmel
Chilipulver, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle

Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Rispentomaten mithilfe einer groben Reibe reiben. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Frühlingszwiebeln in Olivenöl anschwitzen, Knoblauch hinzugeben und Temperatur bekommen lassen, dann die geriebenen Rispentomaten hinzufügen. Mit Kreuzkümmel und Salz vorwürzen und zu einer dicklichen Masse einreduzieren lassen. Zum Schluss mit Salz, eventuell Kreuzkümmel und Chilipulver abschmecken.

Für die Guacamole:
1 reife Avocado
6-8 Dattelcherrytomaten
½ Jalapeño
½ rote Zwiebel
1 Limette, Saft
1 Ei
2-3 Zweige Koriander
Salz, aus der Mühle

Das Ei 9-10 Minuten hart kochen, abschrecken, abkühlen lassen, pellen und grob hacken. Avocado schälen und vom Kern befreien. Zwiebel abziehen. Limette halbieren und den Saft auspressen.

Avocado mit dem Ei, der Jalapeño, dem Limettensaft, den Tomaten und der Zwiebel in eine Küchenmaschine geben und zu einer einigermaßen homogenen Masse verarbeiten. Mit Salz und Limettensaft abschmecken. Koriander hacken und unterheben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF Fischratgeber sind **Garnelen** (tropische) aus folgendem Fanggebiet zu empfehlen (*Stand Juni 2026*):

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