

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 29. Oktober 2025 ▪**
ChampionsWeek ▪ "Füllungen" mit Nelson Müller



Margarete Krämer-Of

Ravioli mit dreierlei Füllung, Safransauce, gebratener Garnele, Speck-Spirale und Erbsen

Zutaten für zwei Personen

Für den Nudelteig:

2 Eier
 2 EL neutrales Pflanzenöl
 200 g Farina, Type 00
 6-8 Fäden Safran

Den Backofen auf 160 Ober/-Unterhitze vorheizen.

Safran mit wenig kochendem Wasser übergießen und kurz ziehen lassen.

Farina, Eier und Öl zu einem glatten Teig verkneten. Kurz vor dem Ende des Knetvorganges einige zerschnittene Safranfäden in den Nudelteig geben. Teig einige Zeit in den Kühlschrank geben. Den Teig in drei Teile aufteilen.

Das Einweichwasser des Safrans für die Safransauce verwenden.

Für die Garnelen-Kabeljau-Füllung:

100 g küchenfertiges Kabeljaufilet, ohne Haut und ohne Gräten
 75 g küchenfertige Garnelen, ohne Kopf und Schale, entdarmt
 1 Knoblauchzehe
 2 Eier
 25 ml Sahne
 1 Msp. Zitronengraspaste aus dem Glas
 1 Msp. getrockneter Estragon
 1 Prise Piment d'Espelette
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kabeljau in Würfel schneiden und etwas anfrieren lassen. Knoblauch abziehen und reiben. Ein Ei trennen und das Eiweiß auffangen.

Kabeljau mit Knoblauch, einem Vollei, einem Eiweiß, Sahne, Zitronengraspaste, Estragon, Piment d'Espelette, Muskat, Salz, Pfeffer und etwas Crushed Ice in einen Multizerkleinerer geben und alles fein pürieren.

Garnelen säubern, hacken und unter die Masse mischen. Erneut abschmecken.

1/3 des Teiges mithilfe einer Nudelmaschine zu zwei dünnen Teigbahnen auswalzen. Füllung als kleine Häufchen auf eine Teigbahn geben, Teigränder mit Eiweiß bepinseln, die zweite Teigbahn obendrauf legen, dann Ravioli rund ausstechen. Ravioli in reichlich kochendes Salzwasser geben. Topf vom Herd nehmen und Ravioli 3 Minuten im Wasser ziehen lassen.

Für die Ei-Pancetta-Füllung:

4-6 kleine Eier
 60 g Bacon in Scheiben
 50 g Crème fraîche
 1 EL Semmelbrösel
 Salz, aus der Mühle

Speck würfeln und in einer Pfanne rösten. Herausnehmen und mit und Semmelbrösel und Crème fraîche mischen, sodass eine cremige Masse entsteht.

1/3 des Teiges mithilfe einer Nudelmaschine zu zwei dünnen Teigbahnen auswalzen. Speck-Brösel-Mischung als kleine Häufchen auf den Nudelteig geben und eine Mulde hineindrücken. Eier trennen und je ein ganzes Eigelb auf die Speckhäufchen geben. Es sollten keine sehr frischen Eier verwendet werden, da sie zu empfindlich sind und schneller kaputt gehen.

Teigränder mit Eiweiß bepinseln, die zweite Teigbahn obendrauf legen, dann Ravioli rund ausstechen. Ravioli in reichlich kochendes Salzwasser geben. Topf kurz von der Herdplatte nehmen, Platte herunterschalten und Ravioli 3-4 Minuten im simmernden Salzwasser ziehen lassen.

Für die Erbsen-Füllung:

150 g TK-Erbsen
1 Zitrone, Abrieb
2 EL Ricotta
10 g Parmesan
1 geh. TL Semmelbrösel
1 Zweig Estragon
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Erbsen und Estragon in kochendem Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. 50 g Erbsen für die Deko beiseitestellen. Restliche Erbsen mit einem Pürierstab fein mixen. Zitrone heiß abspülen, die Schale abreiben und zufügen. Parmesan reiben und zufügen. Ricotta zufügen. Masse mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken und mit Semmelbrösel binden.
1/3 des Teiges mithilfe einer Nudelmaschine zu zwei dünnen Teigbahnen auswalzen. Füllung als kleine Häufchen auf eine Teigbahn geben, Teigränder mit Eiweiß (von oben) bepinseln, die zweite Teigbahn obendrauf legen, dann Ravioli rund ausstechen. Ravioli in reichlich kochendes Salzwasser geben. Topf vom Herd nehmen und Ravioli 5 Minuten im Wasser ziehen lassen.

Für die Safransauce:

1 Schalotte
200 ml Sahne
4 EL eiskalte Butter
Wermut, zum Ablöschen
Neutrales Öl, zum Braten
2 EL Mehl
2-3 Pimentkörner
2 Lorbeerblätter
1 Zweig Thymian
Paradieskörner, aus der Mühle
1 Prise Pul Biber
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und mit Pimentkörnern, Lorbeer und Thymian zerhacken. Alles in Öl anrösten und mit Wermut ablöschen. Einkochen lassen. Dann die Masse in einen Multizerkleinerer geben, zerkleinern und abseihen.
Sud in einen Topf geben und Sahne, Safranwasser (vom eingeweichten Safran, siehe oben) sowie etwas Kochwasser der Ravioli hinzufügen. Sahne zufügen. Weiter einkochen lassen. Dann mit Pul Biber, Salz und Pfeffer abschmecken.
2 EL Butter und Mehl verkneten. Sauce mit der Mehlbutter ggf. eindicken. Sauce zum Schluss mit Butter montieren.

Für die Garnitur:

4 Scheiben Bacon
2 küchenfertige Black Tiger Garnelen, ohne Kopf, mit Schale, entdarmt
50 g Erbsen, von oben
1 Zitrone, Saft
10 g Parmesan
Neutrales Öl, zum Braten
1 Beet Erbsenkresse
Pul Biber, zum Würzen
Salzflocken, zum Würzen
Salz, aus der Mühle

Stäbchen mit Alufolie umwickeln und einölen. Frühstücksspeck spiralen förmig darum wickeln und mind. 15-20 Minuten bei 160 Grad in den Backofen geben.
Garnelen sauber abspülen, trocknen tupfen und mit Zitronensaft beträufeln. Salzen. Dann scharf anbraten und im 60 Grad warmem Backofen warmstellen.
Parmesan reiben.
Gericht mit Speckspiralen, Garnelen, Erbsen, Erbsenkresse, Parmesan, Salzflocken und Pul Biber garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF sind **Garnelen** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand Oktober 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