

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 28. Mai 2024 ▪  
Vorspeise mit Cornelia Poletto



Eric-Noah Langenfeld

**Riesengarnelen mit Knoblauch-Mayonnaise, gegrillten  
Salatherzen, Zitrus-Basilikum-Pesto und geröstetem Brot**

Zutaten für zwei Personen

**Für die Garnelen:**

4 große Black Tiger Riesengarnelen  
Chiliflocken, zum Würzen  
Sonnenblumenöl, zum Braten  
Fleur de Sel, zum Würzen

Die Garnelen aus der Schale lösen und den Darm entfernen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Garnelen darin scharf von beiden Seiten anbraten. Die Garnelen sollten von außen scharf angebraten sein, von innen aber noch glasig. Vor dem Servieren mit Chili und Salz würzen.

**Für die Mayonnaise:**

2 Knoblauchzehen  
1 Zitrone, Saft  
2 Eier  
2 TL mittelscharfer Senf  
Sonnenblumenöl, zum Binden  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ein Ei trennen. Anschließend ein Vollei und ein Eigelb in ein hohes, schmales Gefäß geben. Eigelb mit etwas Senf und einem Spritzer Zitronensaft vermengen. Knoblauch abziehen und hinzugeben. Nun den Mixstab ansetzen und zunächst das Ei, Knoblauch und Senf leicht anmixen. Unter Mixen nach und nach Öl hinzugeben und den Mixstab dabei langsam hochziehen bis eine Emulsion entstanden ist.

**Für die Salatherzen:**

2 kleine Romana-Salatherzen  
2 EL heller Balsamicoessig  
2 EL dunkler Balsamicoessig  
3 EL Agavendicksaft  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salatherzen waschen und trockentupfen. Anschließend halbieren. Aus hellem und dunklem Balsamicoessig sowie Agavendicksaft ein Dressing herstellen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Salatherzen auf der Schnittseite mit dem Dressing einpinseln und anschließend in der Grillpfanne grillen, bis ein schönes Grillmuster entstanden ist.

**Für das Pesto:**

1 Knoblauchzehe  
1 Zitrone, ganze Frucht  
60 g Parmesan  
1 Bund Basilikum  
20 g Pinienkerne  
80 ml Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Parmesan reiben. Basilikum waschen, trockenwedeln und Blätter zupfen. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Knoblauch abziehen, Basilikum, Pinienkerne, Knoblauch, Parmesan und Olivenöl in ein hohes Gefäß geben und zu einem Pesto pürieren. Zitronenschale reiben und Saft auspressen. Pesto mit Abrieb und Saft der Zitrone, Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für das Landbrot:**

2 dicke Scheiben italienisches Landbrot,  
luftiges Weizenbrot  
50 ml Sonnenblumenöl  
1 Msp. edelsüßes Paprikapulver  
1 Msp. rosenscharfes Paprikapulver  
1 Msp. geräuchertes Paprikapulver  
1 Msp. Knoblauchpulver  
Salz, aus der Mühle

Rinde vom Brot an zwei Seiten abschneiden, an den anderen Seiten dranlassen. Öl mit den drei verschiedenen Paprikapulvern und Knoblauchpulver vermengen. Mit Salz abschmecken. Das Brot in einer Pfanne von allen Seiten goldgelb rösten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Lt. WWF sind **Garnelen** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen. (Stand Mai 2024)

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