

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 04. Juli 2022 ▪  
ChampionsWeek ▪ "Drei-Komponenten-Küche" mit Robin Pietsch



Klaus Rottensteiner

**Gebackene Tiroler Garnelen mit Spitzpaprika-Schaum und Kokosreis**

Zutaten für zwei Personen

**Für die Garnelen:**

- 10 küchenfertige Garnelen aus Tirol, ohne Kopf und Schale
- 1 Knoblauchzehe
- 10 g Ingwer
- 2 Eier
- 100 ml Milch
- 1 EL Sojasauce
- 60 g Semmelbrösel
- 60 g Pankobrösel
- 100 g Mehl
- Neutrales Öl, zum Frittieren
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Mehl in eine Schüssel geben.

Eier in eine zweite Schüssel schlagen und die Milch dazugeben.

Knoblauch und Ingwer abziehen bzw. schälen und zur Milch reiben.

Sojasauce dazugeben und alles mit einer Gabel verquirlen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Semmelbrösel und Panko in einer dritten Schüssel vermischen.

Garnelen nun zuerst in Mehl wälzen. Dann durch das Ei ziehen und zum Schluss mit dem Semmelbrösel-Pankomehl panieren.

Fritteuse auf 160 Grad vorheizen und die panierten Garnelen etappenweise für ca. 3 Minuten frittieren bis sie goldbraun sind. Danach auf Küchenpapier abtropfen lassen.

**Für den Spitzpaprika-Schaum:**

- 3 rote Spitzpaprika
- 1 gelbe Spitzpaprika
- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Chilischote
- 30 g Ingwer
- 80 g kalte Butter
- 100 ml Weißwein
- 300 ml Gemüsefond
- 30 ml Weißweinessig
- 1 EL Honig
- 1 TL geräuchertes Paprikapulver
- 1 EL Lecithin
- 3 EL ÖL
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte und Knoblauch abziehen, fein hacken und im Öl anschwitzen.

Spitzpaprika von Scheidewänden und Kernen befreien, kleinschneiden und zu Schalotten und Knoblauch geben, mit anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und ein wenig reduzieren. Danach Gemüsefond angießen und ca. 20 Minuten leicht köcheln lassen. Chilischote der Länge nach halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und klein schneiden. Ingwer schälen und ebenfalls klein schneiden. Honig, Chili und Ingwer zur Paprika hinzufügen und weitere Minuten köcheln lassen. Danach mit Essig, Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken. Dann alles fein pürieren und durch ein Sieb passieren. Zum Schluss mit der kalten Butter aufmontieren, sodass ein schöner Schaum entsteht. Ggf. Lecithin untermixen.

**Für den Kokosreis:** Reis gut waschen bis sich keine weiße Flüssigkeit mehr bildet. Reis in einen Topf geben, Kokosmilch, 200 ml Wasser und Salz dazu geben. Mit geschlossenem Deckel zum Kochen bringen.

250 g Basmati  
200 ml Kokosmilch  
100 g Kokoschips  
0,5 TL Salz

Auf niedriger Hitze 10 Minuten köcheln lassen. Den Herd ausschalten und mindestens 20 Minuten ziehen lassen. Wenn es etwas länger wird ist es nicht schlimm. Man sollte möglichst den Deckel geschlossen lassen, damit die Hitze im Topf bleibt.

Den Reis mit einer Gabel etwas auflockern, Kokoschips hinzugeben und servieren. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.