

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 29. September 2021 ▪
Vorspeise mit Johann Lafer



Michael Jandt

**Zitronengras mit Ente und Garnele im Tempuramantel,
Wasabi-Mayonnaise und Hiyayakko-Tofu**

Zutaten für zwei Personen

Für die Enten-Garnelen-Füllung:

100 g Entenbrust, mit Haut
5 Bayerische Garnelen, küchenfertig
1 Knoblauchzehe
1 Stange Frühlingszwiebel
3 g Ingwer
1 Zweig Koriander
¼ TL Tomatenmark
1 TL Sojasauce
1 Prise brauner Zucker
¾ EL Gänseschmalz
1 Prise Meersalz, zum Streuen
Weißer Pfeffer, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ingwer schälen, die Frühlingszwiebeln putzen und beides fein hacken. Knoblauchzehe ebenfalls schälen und die Hälfte fein hacken. Alles mit dem Gänseschmalz in der Pfanne vorsichtig anschwitzen. Nach ca. 5 Minuten mit Sojasauce, braunem Zucker und Tomatenmark würzen und noch ca. 1 Minute weiter schmoren lassen.

In der Zwischenzeit die Entenbrust in Würfel schneiden und mit dem Gemüse aus der Pfanne vermischen. Eventuell noch mit etwas Salz und Pfeffer würzen und anschließend durch den Fleischwolf bei feiner Lochscheibe durchdrehen.

Die Garnelen schälen, entdarmen, waschen und trocken tupfen. Mittelfein hacken und mit dem Entenhack vermengen. Koriander abbrausen, trockenwedeln und 2 EL fein hacken. Abschließend in die Enten-Garnelen-Masse geben.



Laut WWF sollten Sie auf Garnelen zurückgreifen, die aus der Bioaquakultur oder aus der Zucht der Zero-Input Systeme aus Südostasien (außer Indien) stammen und beim Kauf auf eine ASC-, Bio- oder Naturland-Zertifizierung achten.

Für das Zitronengras:

4 Stängel Zitronengras

Zitronengras locker in nasses Küchenpapier einschlagen und im Ofen bei 150 Grad Umluft weichgaren. Anschließend Zitronengras am dicken Ende mit etwas Abstand ca. 7 cm lang kreuzweise einschneiden. Um 45 Grad drehen und erneut einschneiden. Das Zitronengras je mit einer Hand unter dem Einschnitt und über dem Einschnitt packen und jeweils in die andere Richtung drehen (als würde man etwas auswringen), dann zur Mitte hin zusammenstauchen und wieder auseinanderziehen. Nun sind kleine Nester entstanden, die man nun mit der der Enten-Garnelen-Masse befüllen kann.

Für den Tempura-Teig:

65 g Weizenmehl, Typ 405
85 g Maisstärke
1 Ei, Größe L
60 ml Wodka
1 Prise Meersalz, zum Streuen
120 ml Eiswasser
1 L Erdnussöl, zum Frittieren

Wodka und Ei mit einem Spiralbesen vermischen. Anschließend Mehl und die Maisstärke hinzugeben, danach das eiskalte Wasser und eine große Prise Salz. Mit einem Mixstab alles glatt pürieren und die gefüllten Zitronengrasnester sofort in den Tempura-Teig tunken. In einem kleinen Topf mit hohem Rand oder einer Fritteuse bei ca. 190 Grad heißem Erdnussöl frittieren, bis sich eine goldbraune Kruste gebildet hat.

Für die Wasabi-Mayonnaise: Eine halbe Zitrone auspressen und etwas von der Schale abreiben. Ei trennen, Eigelb in eine Schüssel geben, mit Senf, einem Spritzer Zitronensaft, einem Spritzer Yuzusaft und etwas Salz würzen. Maiskeimöl hinzufügen und mit einem Spiralbesen kräftig schlagen, dabei nur stufenweise das Öl hinzugeben. Sobald sich das Öl mit dem Ei verbunden hat, neues Öl zugeben, bis eine cremige Mayonnaise entsteht. Danach Wasabipaste, Misopaste, Sojasauce, Mirin, Zitronenabrieb und Ahornsirup hinzugeben. Kapern zerdrücken und in die Mayonnaise rühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

- 1 Ei, Größe L
- 1 Msp. Dijon Senf
- 1 Zitrone
- 1 EL Yuzusaft
- 100 ml Maiskeimöl
- 1 TL Mirin
- ½ TL Ahornsirup
- 2 TL Wasabipaste
- ½ TL weiße Misopaste
- 3 Kapern
- 1 TL Sojasauce
- 1 Prise feines Meersalz, zum Streuen
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Hiyayakko-Tofu: Tofu in 1,5 cm dünne Scheiben schneiden. 6 hauchfeine Gurkenscheiben schneiden und auf den Teller überlappend in einer Reihe anrichten. Tofuscheiben draufsetzen und die überschüssige Gurke an den Rändern wegschneiden. Frühlingszwiebel putzen und hauchfein schneiden. Ingwer mit einer Reibe fein raspeln und ein wenig auf dem Seidentofu verteilen. Anschließend die Frühlingszwiebeln auf den Tofu setzen. Honig mit Sojasauce vermischen und ca. 1 EL über jede Tofuscheibe streichen. Abschließend mit feingeschnittener Shiso-Kresse und Bonitoflocken garnieren.

- 300 g schnittfester Seidentofu
- ½ Gurke
- 3 g Ingwer
- ½ Stange Frühlingszwiebel
- 1 TL Honig
- 2 EL Sojasauce
- Shiso-Kresse, zum Garnieren
- Bonitoflocken, zum Garnieren

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.