▪ Die Küchenschlacht – Menü am 23. November 2026 ▪ ChampionsWeek ▪ "Mein Strammer Max" mit Johann Lafer



Kristina Eberle

Selbstgebackener English Muffin mit Bacon-Marmelade, gebratenem Ei im Zwiebelring und Blitz-Hollandaise

Zutaten für zwei Personen

Für den English Muffin:
1 Zitrone, Saft
25 g Butter
150 ml Milch
250 g Weizenmehl, Type 405 + Mehl zum Ausrollen
2 EL Hartweizengrieß
1 TL Backpulver
½ TL Natron
1 TL Zucker
½ TL Salz

Die Zitrone halbieren und 1 Esslöffel Saft auspressen.

Mehl, Backpulver, Natron, Salz und Zucker vermischen.

Milch lauwarm erhitzen, die Butter schmelzen lassen. Beides miteinander vermischen und den Zitronensaft hinzugeben. Die flüssigen Zutaten zu den trockenen Zutaten geben und zügig verkneten. Den Teig auf einer bemehlten Fläche ausrollen und Kreise ausstechen. Diese Teiglinge in Hartweizengrieß wenden und in einer beschichteten Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze und mit Deckel goldbraun backen.

Die English Muffin mit einer Gabel quer halbieren und in einer Pfanne anrösten.

Für die Bacon-Marmelade:
200g Bacon in Scheiben
50 g Kochschinken
50 g Schalotten
30 g rote Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
45 ml Bourbon Whiskey
35 ml Ahornsirup
20 ml dunkler Balsamicoessig
20 ml Sojasauce
½ TL geräuchertes Paprikapulver
½ TL Cayennepfeffer
35 g brauner Zucker

Bacon in der Pfanne kross anbraten und auf Küchenpapier gut abtropfen lassen. Das Fett in der Pfanne lassen. Kochschinken fein würfeln. Schalotten und Zwiebeln abziehen, würfeln und mit Kochschinken im Baconfett andünsten. Knoblauch abziehen und hineinpressen. Paprikapulver und Cayennepfeffer unterrühren. Mit Whiskey und Ahornsirup ablöschen und 5 Minuten einkochen lassen. Balsamicoessig einrühren und braunen Zucker dazu geben. Weiter köcheln lassen.

Bacon zerbröseln und mit in die Pfanne geben. Nun so lange köcheln lassen, bis eine dickliche Masse entstanden ist.

Für den Zwiebelring:
1 Gemüsezwiebel
1 Ei
50 g Panko
4 EL Mehl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und in dicke Ringe schneiden. Die einzelnen Ringe auslösen.

Ei verquirlen. Eine Panierstraße aus Mehl, verquirltem Ei und Panko aufstellen und die Zwiebelringe selbiger Reihenfolge panieren. In der Fritteuse bei 170 °C goldbraun ausbacken und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Ei:
Frittierte Zwiebelringe, von oben
2 Eier
1 TL Butter
½ TL edelsüßes Paprikapulver
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in eine Pfanne geben. Zwei frittierte Zwiebelringe in die Pfanne legen. Jeweils ein Ei in einen Zwiebelring aufschlagen und mit den Gewürzen bestreuen. Das Ei anstocken lassen und dann das Ei mit dem Zwiebelring vorsichtig wenden. Die zweite Seite nur kurz braten.

Für die Blitz-Hollandaise:
1 Limette, Saft
1,5 Eier, Größe L, sehr frisch
100 g Süßrahmbutter
1 TL Crème fraîche
1 TL Dijonsenf
½ TL Weißweinessig
1 TL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Limette halbieren und den Saft auspressen.

Eier trennen und die Eigelbe mit Limettensaft, Crème fraîche, Senf, Zucker und etwas Salz in einen Rührbecher geben. Mit einem Pürierstab pürieren.

Butter schmelzen. Dann bei laufendem Pürierstab langsam zur Eimasse gießen und mixen, bis eine Emulsion entsteht. Mit Salz, Pfeffer und Weißweinessig abschmecken.

Für die Salatgarnitur:
4 Blätter Kopfsalat
1 EL Olivenöl
½ EL Balsamicoessig
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salatblätter waschen und gut trockentupfen. Mit Essig und Öl marinieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.