

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 24. März 2026** ▪
Vorspeise mit Viktoria Fuchs



Katja Bechmann

**Surf & Turf 2.0: Beef tartare mit Schnittlauchcreme und
 Maränenkaviar & Gebratene Riesengarnele mit Aioli und
 geröstetem Bauernbrot**

Zutaten für zwei Personen

Für das Beef tartare:

200 g Rinderfilet
 3 Sardellenfilets
 10 cm Meerrettich
 30 g Cornichons
 9 Kapern
 30 g Schalotte
 1 Zitrone, Saft
 1 Ei
 60g Crème fraîche
 10 ml Cognac
 1 EL natives Olivenöl, extra
 ½ Bund Schnittlauch
 1 Prise Cayennepfeffer
 ½ TL edelsüßes Paprikapulver
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Fleisch in feine Würfel schneiden. Meerrettich schälen und reiben. Sardellen, Cornichons und Kapern hacken. Schalotte abziehen und fein würfeln. Ei trennen und Eigelb auffangen. Eiweiß anderweitig verarbeiten. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

Fleisch, Meerrettich, Sardellen, Cornichons, Kapern, Schalotte, Eigelb und ca. die Hälfte des Schnittlauchs gut miteinander vermischen. Kräftig mit den Gewürzen abschmecken. Cognac und Olivenöl erst zum Schluss dazu geben. Das Tatar in einem Ring (6 cm Durchmesser) anrichten und bis zum Servieren kaltgestellt.

Restlichen Schnittlauch mit Crème fraîche, etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren. Kaltstellen.

Für die Riesengarnele:

2 Riesengarnelen mit Schale
 2 Knoblauchzehen
 Olivenöl, zum Braten
 1-2 Zweige Thymian
 1-2 Zweige Rosmarin

Garnelen putzen und mit einem Schmetterlingsschnitt aufschneiden. Olivenöl in einer Pfanne mit dem Knoblauch erhitzen. Thymian und Rosmarin zugeben. Garnelen darin glasig braten.

Für die Aioli:

2 Knoblauchzehen
 1 Zitrone, Saft
 1 Ei, Größe M, Zimmertemperatur
 2 EL griechischen Joghurt
 1 ½ TL mittelscharfen Senf
 Worcestersauce, zum Abschmecken
 200 ml Rapsöl
 1 Prise Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen. Zitronensaft auspressen. Ei, Senf und Öl in einen hohen Becher geben und zu einer Mayonnaise hochziehen. Knoblauch einmischen. Dann Joghurt unterrühren und mit Zitronensaft, Worcestersauce, Zucker, Salz und Pfeffer würzen.

Für die Fertigstellung:

2 Scheiben Bauernbrot/Steinofenbrot,
ohne Körner, heller Teig
30 g gelber Maränenkaviar
1 Zitrone, Abrieb
1-2 Halme Schnittlauch
1 Prise Safranfäden
Fermentierter Pfeffer, zum Würzen

Brot in Öl rösten. Brot in mundgerechte Stücke schneiden. Aioli auf den Teller geben, Garnele darauf anrichten, dazu das Brot servieren. Garnele mit Zitronenabrieb, Safranfäden und fermentiertem Pfeffer würzen. Schnittlauchcreme (von oben) auf dem Beef tartare anrichten und Kaviar mit einem Plastiklöffel auf der Schnittlauchcreme platzieren. Mit etwas Schnittlauch verzieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF-Fischratgeber sind **Garnelen** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand März 2026):

- 1. Wahl Vietnam, Aquakultur: Bio-Aquakultur, White Tiger Garnele und Tiger-Garnele
- 1. Wahl Europa, Aquakultur: Kreislaufanlagen mit Biofloc-Technologie

Laut WWF-Fischratgeber sind **Sardellen** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand März 2026):

- 1. Wahl Nordostatlantik FAO 27: Biskaya (ICES 8) // Mittelmeer FAO 37: Nordspanien (GSA 6), Löwengolf (GSA 7), Ligurische Meer (GSA 9), Ägäis (GSA 22), Schwarzes Meer (GSA 29), Pelagische Schleppnetze, Umschließungsnetze (Ringwaden)