

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 16. Juni 2025 ▪**
ChampionsWeek ▪ "Salate 2.0" von Zora Klipp



Pierre Bohn

Tomaten-Brotsalat mit Yuzu-Vinaigrette, mariniertem Fenchel, gebratenem Pulpo und Korallenhippe

Zutaten für zwei Personen

Für die Tomaten:

- 10 rote Kirschtomaten
- 2 grüne Tomaten, z.B. Green Zebra
- 2 gelbe Dattel-Tomaten
- 1 Ochsenherztomate
- 1 schwarze Tomate, z.B. Black Krim
- 1 Zweig Oregano
- 1 Zweig Majoran
- 1 Zweig Dill
- 10 Blätter Basilikum
- 1 kleines Beet Erbsenkresse
- Oliveöl, zum Marinieren
- 2 TL Fenchelsamen
- 2 TL Koriandersaat
- Zucker, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle

Für die Yuzu-Vinaigrette:

- 2 Zehen schwarzer Knoblauch
- 1 TL Dijonsenf
- 1 TL Ahornsirup
- 1 EL Yuzusaft
- 1 TL Weißweinessig
- 5 EL Oliveöl
- 1 TL Fenchel-Koriander-Mischung, von oben
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Brot:

- 150 g Baguette
- 1 Scheibe Pumpernickel
- 1 Scheibe Vinschgauer
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zitrone, Abrieb
- 4 EL Butter
- Yuzu-Vinaigrette, von oben
- Oliveöl, zum Marinieren

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Fenchelsamen und Koriandersaat im Mörser klein mörsern.

Kirschtomaten halbieren, mit einigen Majoranblättern, Oliveöl, etwas Zucker und Salz in eine kleine ofenfeste Form geben und ca. 10-12 Minuten im vorgeheizten Backofen konfieren.

Die grünen Tomaten plattdrücken, auseinanderzupfen, salzen und mit Erbsenkresse garnieren.

Die gelben Tomaten in Scheiben schneiden, mit Oliveöl bepinseln und in einer Grillpfanne grillen. Nach dem Grillen mit Basilikum garnieren.

Die Ochsenherztomate halbieren und in Lamellen aufschneiden. Mit einem Teelöffel Fenchel-Koriander Mischung, einer Prise Zucker und Dill vermischen. Die restliche Fenchel-Koriander-Mischung für die Vinaigrette beiseitestellen.

Die schwarze Tomate in Würfel schneiden, mit etwas Oregano bestreuen, mit Salz würzen und mit Oliveöl übergießen. Alles ziehen lassen.

Den schwarzen Knoblauch zerdrücken und mit Senf, Ahornsirup, Yuzusaft und Weißweinessig verrühren. Öl unterschlagen, Fenchel-Koriander-Mischung hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Knoblauch zerdrücken. Baguette in feine Würfel schneiden und mit Oliveöl übergießen. 2 EL Butter in einer Pfanne schmelzen, die zerdrückte Knoblauchzehe und die Baguettewürfel in der Butter schwenken und goldbraun braten, dann beiseitestellen.

Pumpernickel halbieren und eine Hälfte in feine Streifen schneiden. Die andere Hälfte zerbröseln. Erneut 2 EL Butter in der Pfanne schmelzen, die Pumpernickelstreifen und die Brösel in der Butter rösten.

Vinschgauer in grobe Würfel schneiden, mit der Hälfte der Yuzu-Vinaigrette übergießen und vermischen. Zitrone heiß abspülen, die Schale abreiben und Zitronenzesten zum Vinschgauer geben.

Für den Pulpo:

1 vorgegarter Pulpoarm
 2 Zehen schwarzer Knoblauch
 1 EL Butter
 1 EL Olivenöl

Pulpo in feine Scheiben schneiden. Butter und Olivenöl in der Pfanne erhitzen, schwarzen Knoblauch hinzufügen und die Pulposcheiben je 1-2 Minuten auf beiden Seiten anbraten.

Für den Fenchelsalat

1 kleine Fenchelknolle
 1 Orange, Saft
 10 g Parmesan
 2 TL Yuzusaft
 1 Msp. Dijonsenf
 1 TL Ahornsirup
 1 EL Olivenöl
 1-2 Zweige Dill
 ½ TL Fenchel-Koriander-Mischung, von
 oben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fenchelknolle halbieren und den Strunk sowie die Außenblätter entfernen. Fenchel fein hobeln. Orange halbieren und 1 EL Saft auspressen. Parmesan reiben. Orangensaft, Parmesan, Yuzusaft, Senf, Ahornsirup, Olivenöl und Fenchel-Koriander-Mischung zu einer Marinade vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gehobelten Fenchel mit der Marinade überziehen, ein paar kleine Dillspitzen hinzufügen, vermischen und ziehen lassen.

Für das Korallenhippe:

50 ml naturtrüber Apfelsaft
 50 ml Fenchelsaft
 20 ml trockener Weißwein
 20 ml neutrales Öl
 15 g Mehl, Type 405
 1 Prise Rote-Bete-Pulver
 1 Prise Salz

Alle Zutaten in einem Mixbecher oder mit einem Schneebesen sehr glatt verrühren. Eine beschichtete Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze erhitzen. Einen kleinen Schöpfer des Teigs in die heiße Pfanne geben. Er beginnt sofort zu brutzeln und es bilden sich Löcher und ein Netzmuster. Braten lassen bis es knusprig ist und sich leicht von der Pfanne lösen lässt. Abnehmen und in die gewünschte Form bringen, auf einem Küchenpapier ablegen.

Für die Garnitur:

4 Kapernäpfel
 10-20 kleine, in Salzlake eingelegte
 Kapern
 ½ Orange, Frucht
 ½ Grapefruit, Frucht
 1 Zitrone, Abrieb
 1 Balsamicokugel
 1 TL Tomatenflocken
 Rote-Bete-Pulver, zum Bestreuen

Kapernäpfel in feine Scheiben schneiden. Die kleinen eingelegten Kapern in einer Pfanne anrösten.

Orange und Grapefruit filetieren.

Die Kräuter fein zupfen, vom Stängel befreien und als Garnitur verwenden.

Fenchelsalat mittig auf dem Teller anrichten. Alle Tomaten, die Brote, die Kräuter, die Kapern, die Orangen- und Grapefruitfilets leicht vermischen und auf dem Fenchelsalat anrichten.

Anschließend ein Viertel der Balsamicokugel auf den Salat fein reiben, Zitrone heiß abspülen und Schale über den Salat reiben. Pulposcheiben hinzufügen. Die Hippe auf dem Salat anrichten, mit jeweils einem Blatt der Kräuter garnieren. Mit Tomatenflocken und Rote-Bete-Pulver bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist **Pulpo** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand: Mai 2025):

- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Östlicher Ärmelkanal (ICES 7.d-e), Reusen (Fallen)