

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 17. Juni 2025 ▪**
ChampionsWeek ▪ "Meine Frikadelle" von Zora Klipp



Sabrina Paul

Wildfrikadelle mit Pilzrahmsauce, Karotten-Kartoffelstampf, Wirsing und glasierten Karotten

Zutaten für zwei Personen

Für die Wildfrikadellen:

250 g Wildhackfleisch, vorzugsweise Reh
100 g durchwachsener Speck oder Schweinebauch am Stück
2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
½ altbackenes Brötchen
1 Ei, Größe S
50 ml Milch
25 g Butter
30 g Butterschmalz
1 TL mittelscharfer Senf
20 ml Wachholder-Ölivenöl
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
4 Wachholderbeeren
4 Nelken
10 Korianderkörner
2 TL Salz
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Brötchen entrinden und würfeln. Milch in einem Topf lauwarm erwärmen und über die Brötchenwürfel gießen. Brötchenwürfel 5 Minuten ziehen lassen.

Fleisch mit Speck durch den Fleischwolf lassen.

Schalotten und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin andünsten.

Anschließend etwas abkühlen lassen.

Das Hackfleisch mit der Zwiebelmischung, dem Ei, Senf und dem eingeweichten Brötchen in eine Schüssel geben, gut vermengen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.

Aus der Hackmasse vier gleich große Frikadellen formen und in Butterschmalz und Wachholder-Ölivenöl in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze von beiden Seiten anbraten. Wachholderbeeren zerdrücken und mit Nelken, Korianderkörner und Kräuterzweige hinzufügen, die Hitze reduzieren und die Frikadellen in 5-8 Minuten zu Ende garen.

Für den Karotten-Kartoffelstampf:

2 mehligkochende Kartoffeln
3 Karotten
1 Schalotte
3 EL Butter
50 ml Sahne
500 ml Gemüsefond
1 Zweig Liebstöckel
2 Zweige glatte Petersilie
Muskatnuss, zum Reiben
1 TL Fleur de Sel
1 Prise Pfeffer

Schalotte abziehen, klein schneiden und in der Butter anschwitzen.

Karotten und Kartoffeln schälen, dazugeben, mit dem Fond und Sahne aufgießen, Liebstöckel hinzufügen und solange kochen, bis alles gar ist. Anschließend mit einem Stampfer zerkleinern, mit der Petersilie verfeinern und ziehen lassen. Mit Fleur de Sel, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für den Wirsing:

100 g Wirsing
 ½ Schalotte
 1 Zitrone, Abrieb
 50 ml Sahne
 20 g Butter
 50 ml Gemüsefond
 1 Prise Salz
 1 Prise Schwarzer Pfeffer

Wirsing von den äußeren Blättern befreien, in Streifen schneiden und abbrausen. Kohl in einer Salatschleuder trocknen.

Schalotte abziehen und klein schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen, Schalotte und den Wirsing darin andünsten, bis er leicht Farbe nimmt. Sahne und Gemüsefond dazu gießen und alles 5-8 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb würzen.

Für die Sauce:

5 braune Champignons
 2 Kräuterseitlinge
 1 Schalotte
 1 Knoblauchzehe
 1 Zitrone, Saft
 50 g kalte Butter
 100 ml Sahne
 250 ml Wildfond
 50 ml Weißwein
 50 ml Sonnenblumenöl
 1 Zweig glatte Petersilie
 Stärke, zum Binden
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Champignons und Kräuterseitlinge in Scheiben bzw. Spalten schneiden. Schalotte abziehen und fein würfeln. Knoblauch abziehen und andrücken. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Pilze, Schalotte und andrückte Knoblauchzehe 5 Minuten scharf anbraten. Pilze aus der Pfanne nehmen. Wein, Fond und Sahne hinzufügen, 5-10 Minuten köcheln lassen, bis die Sauce die gewünschte Konsistenz erreicht hat. Mit kalter Butter und ggf. Stärke abbinden. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und mit Petersilie verfeinern.

Für die Karotten:

2 kleine Karotten mit Grün
 20 g Butter
 100 ml Gemüsefond
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Karotten schälen, halbieren und in einer Pfanne mit Butter anbraten. Anschließend mit Gemüsefond ablöschen und bissfest fertig garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.