

**▪ 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-Olivenöl

1 Zweig Thymian

1 Zweig Rosmarin

4 Wachholderbeeren

4 Nelken

10 Korianderkörner

2 TL Salz

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**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

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-Olivenöl 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.

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 angedrückte 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.