

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 11. Juni 2026 ▪  
ChampionsWeek ▪ "Warenkorb" mit Zora Klipp

1. Lachsfilet mit Haut
2. Frühkartoffeln
3. Kohlrabi
4. Junge Möhren
5. Fenchel
6. Frische Johannisbeeren
7. Roggenbrot
8. Saure Sahne
9. Anisée
10. Ganze Pekannüsse
11. Kardamomkapseln
12. Dill

## Basics

Schalotten	Zwiebeln (rot/weiß)	Knoblauch
Ingwer	Zitrone   Limette   Orange	Eier
Butter	Sahne	Milch
Parmesan	Mehl	Stärke
Rotwein	Weißwein	Weißweinessig
Honig	Senf	Gemüse- und Fleischfond
Olivenöl	Neutrales Öl	Tomatenmark
Muskatnuss	Lorbeer	Thymian
Rosmarin	Petersilie	Chili, aus der Mühle
Zucker	Salz	Schwarzer Pfeffer



**Tina Konietzka**

## **Zweierlei von der Möhre mit Kardamom-Creme, roh mariniertem Fenchel, gerösteten Roggenbröseln, Johannisbeer-Gel und karamellisierten Pekannüssen**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Karottenkuchen:**

6 junge Möhren  
1 Orange, Abrieb & Saft  
4 Eier  
120 g Butter  
1 TL Honig  
3-4 EL Pekannüsse  
200 g Mehl  
100 g Stärke  
150 g Zucker  
1 Prise Salz

Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Butter in einen Topf geben und schmelzen. Möhren schälen und fein reiben. Pekannüsse hacken. Orange heiß abspülen, Schale abreiben, dann halbieren und 1-2 TL Saft auspressen. Eier trennen. Eiweiß mit einer Prise Salz aufschlagen. Das Eigelb mit Zucker und Honig cremig aufschlagen, bis eine helle, luftige Masse entsteht. Geschmolzene Butter langsam unterrühren, dann Möhren, Nüsse, Orangenabrieb und ein wenig Orangensaft zufügen. Mehl, Stärke und eine Prise Salz unterheben. Dann das Eiweiß vorsichtig unter die Masse ziehen, sodass möglichst viel Luft erhalten bleibt.

Kuchenform mit etwas Butter einfetten. Teig einfüllen und bei 180 °C etwa 20-25 Minuten backen, bis der Kuchen goldbraun und saftig ist. Danach vollständig auskühlen lassen und in Form schneiden oder ausstechen.

### **Für die karamellierte Möhren:**

3 junge Möhren  
1 Orange, Saft  
2 EL Butter  
1 TL Honig  
1-2 Zweige Thymian  
1 EL Zucker  
1 Prise Salz

Möhren schälen und etwas in Form schneiden. In einer Pfanne Butter erhitzen, die Möhren darin sanft anschwitzen. Honig und Zucker zugeben und kurz karamellisieren. Dann mit Orangensaft und etwas Wasser ablöschen und die Möhren in dem Sud langsam weich garen. Die Flüssigkeit sollte zu einer glänzenden Glasur eingekocht werden. Mit Salz und etwas Thymian abschmecken. Möhren vor dem Servieren in Zucker wälzen und abflämmen.

### **Für die Johannisbeeren:**

300 g frische Johannisbeeren  
1 Zitrone, Saft  
300 g Zucker  
2 EL Stärke

Zucker fein mixen, sodass Puderzucker entstehen. Die Hälfte der Johannisbeeren leicht damit bestäuben und vorsichtig vermengen, sodass sie frisch und glänzend bleiben.

Die andere Hälfte Beeren mit Zucker und etwas Zitronensaft aufkochen. Sobald die Beeren aufplatzen, mit wenig Stärke leicht binden. Die Konsistenz soll leicht dicklich sein, nicht zu fest. Anschließend kurz abkühlen lassen.

### **Für den marinierten Fenchel:**

1 Fenchelknolle mit Grün  
1 Orange, Abrieb & Saft  
3 EL Anisé  
1-2 Zweige Dill  
1 Prise Zucker  
1 Prise Salz

Fenchel putzen und fein hobeln. Grün für Garnitur beiseitelegen.

Orangensaft, -abrieb, Anisé, Salz und etwas Zucker zu einer Marinade verrühren. Fenchel zugeben, gut vermengen und etwa 10–15 Minuten ziehen lassen, sodass er weich wird, aber noch Frische und Biss behält. Kurz vor dem Anrichten fein gehackten Dill unterheben.

**Für die Roggenbrot-Brösel:** Roggenbrot fein zerbröseln. Butter in einer Pfanne schmelzen und die Brösel darin langsam knusprig rösten. Zucker zugeben und leicht karamellisieren lassen. Zum Schluss mit einer Prise Salz abschmecken und auskühlen lassen.

- 4-5 Scheiben Roggenbrot
- 2 EL Butter
- 6 TL Zucker
- 1 Prise Salz

**Für die karamellisierten Pekannüsse:** Zucker in einer Pfanne langsam schmelzen, bis ein goldener Karamell entsteht. Pekannüsse zugeben und schwenken, sodass sie vollständig überzogen sind. Butter zugeben und erneut schwenken. Anschließend die Nüsse auf Backpapier geben und auskühlen lassen.

- 100 g Pekannüsse
- 1-2 EL Butter
- 4 EL Zucker

**Für die Kardamom-Creme:** Kardamom aus Kapseln befreien und fein mahlen. Sahne steif schlagen. Separat die saure Sahne mit Zucker und Kardamom glattrühren. Dann die geschlagene Sahne vorsichtig unterheben, sodass eine luftige, aromatische Creme entsteht. Kühl lagern bis zum Anrichten.

- 200 ml Sahne
- 8 EL saure Sahne
- 4-6 Kardamomkapseln
- 2 EL Zucker

**Für die Garnitur:** Gericht mit Fenchelgrün, Orangenabrieb und Dill garnieren.

- Fenchelgrün, von oben
- ½ Orange, Abrieb
- 1-2 Zweige Dill

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.