

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 02. April 2024** ▪
Vorspeise mit Björn Freitag



Birgit Lehmann

Panko-Garnele und Jakobsmuschel mit Orangen-Chili-Butter, asiatischem Gurkensalat und Estragon-Aioli

Zutaten für zwei Personen

Für die Garnelen:

- 2 küchenfertige Black Tiger Garnelen
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Zitrone, Saft
- 1 Ei
- Panko, zum Panieren
- Mehl, zum Mehlieren
- 50 ml Olivenöl
- Neutrales Öl, zum Frittieren
- 1 Prise Salz

Die Garnelen entdarmen, waschen, trocken tupfen und in etwas Olivenöl mit Knoblauch, Zitronensaft und Salz 10 Minuten marinieren.

Das Ei in einen tiefen Teller oder eine kleine Schüssel geben und verrühren. Einen weiteren kleinen Teller mit Mehl bereitstellen und einen dritten Teller mit Panko. Dann die Garnelen erst in Mehl, in Ei und schließlich in Panko wälzen.

Ca. 7 Minuten vor dem Anrichten die Panko-Garnele in Öl ausbacken und auf etwas Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Jakobsmuscheln:

- 2 küchenfertige Jakobsmuscheln
- Butter, zum Braten
- Mehl, zum Bestäuben
- Olivenöl, zum Beträufeln
- Kalahari-Salz, zum Würzen
- Malabar-Pfeffer, zum Würzen

Jakobsmuscheln trocken tupfen, mit Mehl bestäuben mit Kalahari-Salz und Malabar-Pfeffer würzen. Dann mit Öl beträufeln und in einer heißen Pfanne mit der Butter auf jeder Seite 3-4 Minuten braten. Mit einem Brenner kurz abflämmen.

Für die Orangen-Chili-Butter:

- 1 rote Chilischote
- 3-4 Orangen, Saft & Zesten
- 80 g kalte Butter
- Olivenöl, zum Braten

Orangen heiß abspülen und die Schale abreiben, danach ca. 200 ml Saft auspressen. Chilischote längs halbieren, entkernen und sehr dünne Streifen schneiden. Streifen in Olivenöl anschwitzen und mit Orangensaft ablöschen. Flüssigkeit einkochen. Den Topf vom Herd ziehen und kalte Butter nach und nach unterrühren. Butter über die Jakobsmuscheln verteilen. Dann mit Orangenresten bestreuen.

Für den Gurkensalat:

- 50 ml Wasser aufkochen.
- 1 Salatgurke
- 3-4 cm Ingwer
- 3 EL Sojasauce
- 30 ml Apfelessig
- 4 Zweige Koriander
- 1/3 Bund Schnittlauch
- 1 EL weißen Sesam
- 1 EL schwarzen Sesam
- 1 Prise Zucker
- 1/2 TL Salz
- 1 Prise Pfeffer

50 ml Wasser aufkochen. Ingwer schälen, reiben, in das kochende Wasser geben und ca. 10 Minuten ziehen, dann abkühlen lassen. Gurke waschen, entkernen und mit einem Spiralschneider in „Spaghetti“ schneiden. Anschließend etwas salzen, zuckern, durchkneten und 5 Minuten stehen lassen. Das entstandene Wasser abgießen. Ingwerwasser, Sojasauce, Apfelessig, Salz und Pfeffer hinzugeben und alles verrühren. Koriander fein hacken. Weißen und schwarzen Sesam in der Pfanne etwas anrösten. Schnittlauch fein schneiden. Vor dem Servieren Schnittlauch, Koriander und Sesam über die Gurken geben.

Für die Aioli: Eier trennen und Eigelbe auffangen. Eigelbe, 1 EL Zitronensaft, Senf, Öl, Vanillezucker und Meersalz in ein schmales, hohes Gefäß geben. Knoblauch fein hacken und hinzufügen. Pürierstab hineinstellen, alles mixen und langsam hochziehen. Estragon fein hacken und unterziehen.

2 Knoblauchzehen
1 Zitrone, Saft
2 Eier
½ TL Dijonsenf
3 Zweige Estragon
1 Prise Vanillezucker
½ TL Meersalz
150 ml Pflanzenöl

Für die Garnitur: Gericht mit Blüten garnieren.
Kleine essbare Blüten

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist die tropische **Garnele** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand Februar 2024):

- 1. Wahl: Vietnam, Aquakultur: Bio-Aquakultur, White Tiger Garnele (*Penaeus vannamei*) und Tiger-Garnele (*Penaeus monodon*)
- 1. Wahl: Europa, Aquakultur: Kreislaufanlagen mit Biofloc-Technologie

Laut WWF ist die **Jakobsmuschel** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand Februar 2024):

- 1. Wahl. Nordostatlantik FAO 27: Norwegen, Irland, Großbritannien, Frankreich, mit der Hand gesammelt