

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 31. Juli 2024** ▪
Vorspeise mit Cornelia Poletto



Jan-Timo Bender

Tagliata di manzo mit Röstzwiebeln, Spinatsalat mit Rotweinzwiebel-Dressing und Bruschetta mit Aioli, Garnelen und Edamame

Zutaten für zwei Personen

Für die Tagliata di manzo:

200 g Rumpsteak
 2 TL Piment d'Espelette
 1 Prise Fleur de Sel
 Neutrales Pflanzenöl, zum Braten

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Rumpsteak großzügig von allen Seiten mit Piment d'Espelette würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und Fleisch für jeweils ½ Minute von allen Seiten kurz darin anbraten. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Kurz vor dem Servieren in Tranchen schneiden.

Für die Röstzwiebeln:

1 rote Zwiebel
 4 EL Mehl
 Neutrales Pflanzenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden. Im Mehl wenden. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebelringe darin knusprig ausbacken. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit Salz würzen.

Für den Spinatsalat mit Rotweinzwiebel-Dressing:

100 g Babyspinat
 1 rote Zwiebel
 100 ml Rotwein
 50 ml Portwein
 1 EL Sojasauce
 1 EL dunklen Balsamico
 2 EL Zucker
 2 EL Olivenöl

Zucker in einem Topf karamellisieren. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Anschließend kurz im Karamell anschwitzen. Mit Rotwein und Portwein ablöschen und etwa 5 Minuten einkochen lassen. Gelegentlich umrühren. Nun die Hitze reduzieren und weiter einkochen lassen. Unter Rühren erst Sojasauce, dann Balsamico und abschließend Olivenöl zu den Rotweinzwiebeln geben. Spinat waschen, trockenschleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Mit 1/3 des Dressings vermengen, den Rest zum Anrichten aufbewahren.

Für die Aioli:

2 Knoblauchzehen
 ½ Zitrone, Saft
 1 Ei
 1 TL Senf
 200 ml Rapsöl
 1 TL Zucker
 1 TL Salz

Darauf achten, dass alle Zutaten in etwa die gleiche Temperatur haben. Ei, Zitronensaft, Zucker, Salz, Senf und abgezogene Knoblauchzehen in ein hohes Gefäß geben und mit dem Pürierstab aufmixen. Dann Öl einfließen lassen und weiter pürieren bis eine Emulsion entsteht.

Für die Bruschetta:

150 g Riesengarnelen, küchenfertig und entdarmt
100 g ausgelöste Edamame
1 Ciabatta-Brötchen
1 Zweig Basilikum
1 Zweig Minze
1 Prise Piment d'Espelette
Olivenöl, zum Beträufeln & Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

1 Zweig Basilikum
1 Zweig Minze

Edamame 3-5 Minuten in Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Ciabatta in Scheiben schneiden, auf ein Blech mit Backpapier legen und mit Olivenöl beträufeln. Im Ofen etwa 5 Minuten rösten. Garnelen würfeln und in einer Pfanne mit Öl kurz braten. Basilikum und Minze fein hacken und mit Edamame vermengen. Diese kurz mit den Garnelen braten. Mit Piment d'Espelette, Salz und Pfeffer würzen. Aioli, Bohnen und Garnelen auf geröstetem Brot verteilen. Mit Minze- und Basilikum-Blättern garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Es empfiehlt sich für dieses Gericht **tropische Garnelen** zu verwenden. Die sind aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand Juli 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
- 2. Wahl: Honduras, Ecuador, Aquakultur: Teichanlagen, White Tiger Garnele (*Penaeus vannamei*)