

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 04. Februar 2025** ▪
Vorspeise mit Alexander Kumptner



Renate Mayer

Ricotta-Basilikum-Nockerl mit Tomatensauce und gerösteten Haselnüssen

Zutaten für zwei Personen

Für die Nockerl:

250 g Ricotta
 100 g Parmesan
 2 Eier, Gr. M
 20 g Butter
 20 g Basilikum
 100 g Semmelbrösel
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Basilikumblätter abzupfen und fein hacken. Parmesan reiben. Ricotta, Parmesan, Eier, Semmelbrösel und Basilikum gut vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Salzwasser aufkochen. Aus der Nockerlmasse mit zwei Löffeln Nockerl formen, ins kochende Wasser geben und ca. 5 Minuten köcheln lassen. In einer Pfanne Butter zerlassen. Nockerln mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, abtropfen lassen und in der Butter rundum hell braten.

Für die Tomatensauce:

250 g Cherrytomaten
 500 g Datteltomaten aus der Dose
 1 mittelgroße rote Zwiebel
 2 Knoblauchzehen
 40 ml Sahne
 2 TL Ahornsirup
 1 EL Tomatenmark
 5 Blätter Basilikum
 1 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel und Knoblauch abziehen und klein hacken. In Olivenöl bei mittlerer Hitze in einer Pfanne anbraten. Erst Tomatenmark, dann Cherrytomaten und Tomaten aus der Dose zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Sud mit Sahne, Ahornsirup und Basilikum in einen Multizerklinerer geben und glattmixen. Mit Salz abschmecken.

Für die Haselnüsse:

2 EL ungeschälte Haselnüsse

Haselnüsse in einer Pfanne oder im 180 Grad heißen Ofen goldbraun rösten. Vor dem Servieren hacken.

Für die Garnitur:

1 Zitrone, Abrieb

Gericht mit Zitronenabrieb garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Ralf Baltruszat

Getrüffelte Sellerieschaumsuppe mit Vanille-Jakobsmuschel und Croûtons

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe:

200 g Sellerieknolle
1 schwarzer Wintertrüffel
1 Schalotte
1 Zitrone, Saft
250 ml Sahne
125 ml Weißwein
500 ml Gemüsefond
Trüffelöl, zum Anschwitzen
Fleur de Sel, zum Abschmecken
Kubeben-Pfeffer, aus der Mühle

Den Sellerie abwaschen, schälen und würfeln. Schalotte abziehen und grob würfeln. Sellerieschale in ein Kochnetz geben. Selleriewürfel mit Schalottenwürfeln in Trüffelöl anschwitzen. Dann mit Weißwein ablöschen und mit Gemüsefond aufgießen. Kochnetz mit Schalen an die Suppe hängen und alles für 25 Minuten kochen.

Selleriesuppe pürieren und eventuell mit Wasser strecken. Im Anschluss durch ein Sieb passieren. Dann die Sahne angießen und die Suppe mit etwas Zitronensaft, Fleur de Sel und Pfeffer abschmecken.

Trüffel hobeln und vor dem Servieren auf die Suppe geben.

Für die Jakobsmuschel:

2 küchenfertige Jakobsmuscheln
1 Zitrone, Abrieb
1 Vanilleschote
100 g Butter + Butter, zum Braten
1 Prise Fleur de Sel

Ein Sous-vide-Becken auf 55 Grad vorwärmen.

Jakobsmuscheln putzen. Vanilleschote halbieren und das Mark herauskratzen. Vanillemark, Fleur de Sel und Zitronenabrieb mit Butter rühren. Jakobsmuscheln mit der Vanille-Butter in einen Vakuumbutel geben, Vakuumbutel verschließen und für 22 Minuten in das 55 Grad warme Sous-vide-Becken geben. Dann Muschel aus dem Beutel holen und mit einem Flambierer abflammen. Zum Servieren auf einen Bambusspieß stecken. Muschel mit Zitronenabrieb garnieren.

Für die Croûtons:

2 Scheiben Tramezzini
Olivenöl, zum Braten

Tramezzini in kleine Würfel schneiden und in Olivenöl goldbraun braten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Jakobsmuscheln können laut WWF unbedenklich aus folgendem Fanggebiet gekauft werden (Dezember 2024):

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



Nadia Hakiki

Kokos-Garnelen-Taco mit Mango-Salsa & Jackfruit-Taco mit Tomaten-Salsa & Coleslaw und Guacamole

Zutaten für zwei Personen

Für den Taco-Teig:

50 g Weizenmehl
36 g Maismehl
Salz, aus der Mühle

Die Fritteuse auf 170 Grad vorheizen.

Alle Zutaten miteinander vermischen und zu einem Teig verkneten. Sollte der Teig zu fest sein, etwas warmes Wasser zufügen. Teig im Kühlschrank ruhen lassen. Dann herausnehmen, kleine Kugeln formen, diese ausrollen und in einer Pfanne von beiden Seiten backen.

Für die erste Füllung:

6 geschälte, küchenfertig Garnelen
1 Ei
3-4 EL Kokosflocken
Mehl, zum Mehlieren
Panko, zum Panieren
1 EL Speisestärke
Kokosöl, zum Frittieren
Neutrales Öl, zum Frittieren

Mehl mit Speisestärke vermengen. Panko mit Kokosflocken vermengen. Eine Panierstraße aus der Mehl-Speisestärke-Mischung, dem Ei und dem Panko-Kokosmix aufstellen und die Garnelen darin panieren. In der Fritteuse frittieren, dann auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die zweite Füllung:

400 g Jackfruit, aus der Dose
2 EL Tomatenmark
2 EL flüssiger Honig
2 TL Knoblauchpulver
1 TL Geräuchertes Paprikapulver
1 TL edelsüßes Paprikapulver
1-2 TL Korianderpulver
1-2 TL gemahlener Kreuzkümmel
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Jackfruit abtropfen lassen bzw. mit Küchenpapier abtupfen. Alle Zutaten miteinander vermischen und in einer Pfanne anbraten.

Für die Salsa:

1 Tomate
1 sehr reife Mango
1 Zwiebel
1 Limette, Saft
1 Bund Koriander
Olivenöl, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und klein hacken. Limette auspressen und den Saft auffangen. Koriander klein hacken.

Tomaten klein schneiden. Mango schälen, vom Kern befreien und das Fruchtfleisch klein schneiden. Tomate in eine Schüssel geben, Mango in eine zweite Schüssel geben. Zwiebel, Limettensaft und Koriander auf beide Schüsseln aufteilen. Jeweils mit Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken. Tomaten-Salsa zur Jackfruit geben, Mango-Salsa zu den Garnelen geben.

Für die Guacamole:

1 reife, weiche Avocado
1 Zitrone, Saft
2-3 TL Knoblauchpulver
1 TL Chiliflocken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Avocado halbieren und Fruchtfleisch aus der Schale kratzen. Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Alle Zutaten miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Kohl: Kohl klein schneiden. Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Alle Zutaten, außer den Kohl, miteinander vermengen, so dass eine Marinade entsteht. Dann den Kohl marinieren und nochmal salzen und pfeffern.

¼ Weißkohl
¼ Rotkohl
1 Zitrone, Saft
200 g Crème fraîche
1,5 EL flüssiger Honig
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Topping: Gericht mit Blüten garnieren.
5 mm lange, essbare Blüten

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF empfiehlt es sich auf tropische **Garnelen** oder Eismeergarnelen zurückzugreifen, da diese nicht überfischt sind (Stand Dezember 2024):

Eismeergarnele:

- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Kanada. Fangmethode: Reusen (Fallen)

Tropische Garnele:

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



Cindy Palme

Maronensuppe mit Weißweinschaum, karamellisiertem Bacon und Knäckebrot

Zutaten für zwei Personen

Für die Maronensuppe:

200 g vorgegarte Maronen
1 Zwiebel
50 g Butter
175 ml Sahne
60 ml Milch
375 ml Gemüsefond
Zucker, zum Abschmecken
Zimt, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Maronen mit einem Multizerkleinerer klein hacken. Butter erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen. Gehackte Maronen dazugeben und mit dem Fond auffüllen, alles bei niedriger Hitze 20 Minuten köcheln lassen.

Danach die Sahne und die Milch hinzugeben und weitere 5 Minuten köcheln lassen. Mit dem Mixstab fein pürieren und mit den Gewürzen abschmecken. Die Suppe durch ein Sieb passieren.

Für den Weißweinschaum:

1 Schalotte
100 g Ricotta
100 ml trockener Weißwein
100 ml Gemüsefond
20 ml Wermut
2 EL Lecithin
2 EL neutrales Öl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen, fein würfeln und leicht in Öl dünsten. Mit Weißwein, und Gemüsefond ablöschen und Lecithin dazugeben. Danach den Ricotta zugeben und etwas reduzieren lassen. Einen Schuss Wermut dazugeben und mit dem Pürierstab kräftig aufschäumen. Am Ende mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Knäckebrot:

60 g Weizenmehl, Type 405
50 g zarte Haferflocken
38 g Sonnenblumenkerne
25 g Kürbiskerne
25 g heller Sesam
25 g dunkler Sesam
25 g Leinsamen
1 EL Olivenöl
1 Prise Salz

175 ml Wasser mit Mehl, Haferflocken, Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, Sesam, Leinsamen, Öl und Salz zu einem Teig verrühren. Backblech mit Backpapier auslegen und den Teig glatt auf dem Backblech ausrollen. Anschließend im Backofen 15 Minuten backen lassen, danach rausnehmen und mit einem Pizzaschneider in Stücke schneiden. Dies ist ein wichtiger Schritt, weil sich das Knäckebrot nach dem Backen nicht mehr schneiden lässt. Wieder in den Ofen geben und knusprig backen. Auf dem Blech abkühlen lassen.

Für den Bacon:

4 Scheiben Frühstücksspeck
50 g brauner Zucker

Frühstücksspeck von beiden Seiten mit etwas braunem Zucker bestreuen und bei 160 Grad Ober-/Unterhitze in den Backofen geben. Den fertigen, krossen Speck zerbröseln. Auf einem Küchenpapier legen.



Bacon lässt sich auch sehr gut in der Mikrowelle zubereiten!

Für die Garnitur:

½ Bund Schnittlauch

Schnittlauch fein schneiden und als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Nimo Radtke

"Badrijani" & "Pkhali": Georgische Auberginenrollen & Zweierlei Walnuss-Bällchen mit Joghurt-Brot

Zutaten für zwei Personen

Für die Auberginenrollen:

- 1 Aubergine
- 1 Knoblauchzehe
- 100 g Walnüsse
- 10 ml Weißweinessig
- 50 ml Sonnenblumenöl
- 15 g Koriander
- 15 g Petersilie
- 1 EL Chiliflocken
- 1 TL gemahlene Koriandersamen
- 1 TL georgischer gelber Safran
- 1 TL gemahlene Bockshornkleesamen
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Aubergine in feine Scheiben schneiden und salzen. Abtupfen und von beiden Seiten in Öl anbraten.

Knoblauch abziehen. Koriander und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Walnüsse, Knoblauch, Salz und etwas Öl in einem Mörser vermengen. Danach in eine Schüssel geben und mit Weißweinessig, Koriander, Petersilie, Chiliflocken, Koriandersamen, Safran, Bockshornkleesamen vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auberginenscheiben mit der Masse befüllen und aufrollen.

Für die Spinat-Walnuss-Bällchen:

- 150 g frischer Spinat
- 1 Knoblauchzehe
- 50 g Walnüsse
- 10 ml Weißweinessig
- 30 ml Sonnenblumenöl
- 30 g Koriander
- Cayennepfeffer, zum Abschmecken
- 1 TL gemahlene Koriandersamen
- 1 TL georgischer gelber Safran
- 1 TL Bockshornkleesamen
- Salz, aus der Mühle

Spinat blanchieren und im Anschluss so viel Wasser wie möglich auspressen. Spinat klein schneiden oder kurz in einen Mixer geben.

Knoblauch abziehen. Walnüsse mit Knoblauch, Salz und etwas Öl mörsern. Koriander hacken.

Spinat, Weißweinessig, Koriander, Cayennepfeffer, Koriandersamen und Bockshornkleesamen mit der Walnuss-Knoblauch-Masse vermengen. Aus der Masse kleine Bällchen formen.

Für die Rote-Bete-Walnuss-Bällchen:

- 150 g vorgegarte Rote Bete
- 1 Knoblauchzehe
- 50 g Walnüsse
- 10 ml Weißweinessig
- 30 ml Sonnenblumenöl
- 30 g Koriander
- Cayennepfeffer, zum Abschmecken
- 1 TL gemahlene Koriandersamen
- 1 TL georgischer gelber Safran
- 1 TL Bockshornkleesamen

Rote Bete klein schneiden. Knoblauch abziehen. Walnüsse mit Knoblauch, Salz und etwas Öl mörsern. Koriander hacken.

Rote Bete, Weißweinessig, Koriander, Cayennepfeffer, Koriandersamen und Bockshornkleesamen mit der Walnuss-Knoblauch-Masse vermengen. Aus der Masse kleine Bällchen formen.

Für das Brot: Alle Zutaten zu einem Teig kneten und 10 Minuten ruhen lassen. Dann erneut auf einer bemehlten Oberfläche kneten. In etwas Öl ca. 2 Minuten pro Seite bei mittlerer Hitze braten.

125 g griechischer Joghurt
125 g Weizenmehl, Type 550
1 ½ TL Backpulver
1 TL Salz
Neutrales Öl, zum Braten

Für die Garnitur: Auberginenrollen mit Granatapfelkernen und Koriander garnieren, Bällchen mit Walnüsse und Granatapfelkerne garnieren.

5-6 Walnüsse
2 EL Granatapfelkerne
1-2 Zweige Koriander

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.