

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 06. Mai 2025** ▪
Vorspeise mit Zora Klipp



Sven Plaul

**Gebackener Spargelturm mit Thunfisch-Carpaccio,
Sauce hollandaise und Pflücksalat mit Orangen-
Balsamico-Dressing**

Zutaten für zwei Personen

Für den Spargel:

6 Stangen weißer Spargel
 ½ Gemüsezwiebel
 1 Zitrone, Frucht
 1 altbackenes Brötchen
 250 ml lieblicher Weißwein
 2 Lorbeerblätter
 2 Wachholderbeeren
 1 EL Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel, Zitrone und das Brötchen halbieren und für den Geschmack gemeinsam mit den Gewürzen und Weißwein in 1,5 Liter Wasser zum Kochen bringen. Spargel sorgfältig schälen und anschließend für ca. 6-8 Minuten im Topf bissfest kochen. Danach sofort in Eiswasser abkühlen, herausnehmen und auf Küchenpapier trockenreiben.

Für die Fertigstellung des Spargels:

2 Eier
 Weizenmehl, zum Mehlieren
 Paniermehl, zum Panieren
 Neutrales Öl, zum Ausbacken

Eier verquirlen. Den zuvor gekochten Spargel halbieren und erst in Mehl, dann im Ei und anschließend im Paniermehl wenden und fest andrücken. Spargelhälften in einer Fritteuse goldbraun ausbacken und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das Thunfisch-Carpaccio:

200 g Thunfischfilet, in Sushi-Qualität
 2 EL dunkle Sojasauce
 1 EL Dijonsenf
 2 EL Honig
 2-3 Zweige Koriander
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Koriander abbrausen und kleinhacken. Koriander, Sojasauce, Senf, Honig, Salz und Pfeffer in einer kleinen Schüssel zu einer Marinade verrühren.

Thunfisch in hauchdünne Streifen schneiden und kurz vor dem Anrichten mit der Marinade bestreichen.

Für die Sauce hollandaise:

½ Zitrone, Saft
 4 Eier, Größe L
 250 g Butter
 1 TL Senf
 100 ml halbtrockener Weißwein
 1 EL Worcestersauce
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einem Topf klären, bis die Butter leicht bräunlich aussieht und nussig riecht. Anschließend durch ein Küchenpapier filtern.

Zitronensaft auspressen. Eier trennen und Eigelbe auffangen.

Zitronensaft, Eigelbe, Senf, Weißwein, Salz und Pfeffer über einem Wasserbad mit einem Schneebesen schaumig schlagen. Dabei die Bewegung einer Acht machen. Dann die geklärte Butter langsam unter ständigem Schlagen in die Eiermasse einschlagen. Mit Worcestersauce abschmecken.

Für den Salat:

20 g Eichblattsalat
20 g Lollo bionda
20 g Lollo rossa
20 g Romamasalat
20 g Radicchio
100 g Rucola
10 g Rotkohlsprossen

Für das Dressing:

2 Orangen, Saft & Schale
½ Zitrone, Saft
1 TL Dijonsenf
50 ml dunkler Balsamicoessig
2 TL Honig
100 ml Sonnenblumenöl
1 TL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salate in mittelgroße Streifen schneiden. Rucola und Rotkohlsprossen dazugeben und alles in eine Schale geben.

Orangen halbieren und ca. 100 ml Saft auspressen. Zitronensaft ebenfalls auspressen. Zitronensaft, Balsamicoessig, Honig, Senf, Zucker, Salz und Pfeffer in einem Mixer mixen. Während des Mixens gleichzeitig den Orangensaft und das Öl langsam einlaufen lassen. Etwas Orangenabrieb dazugeben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Thunfisch, Echter Bonito, ist laut WWF aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (*Stand: April 2025*):

- 1. Wahl: Atlantik FAO 21, 27, 31, 34, 41, 47 // Westlicher und mittlerer Pazifik FAO 61, 71, 77, 81 // Indonesien FAO 57, Handleinen und Angelleinen