

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 10.06.2025** ▪
Vorspeise mit Mario Kotaska



Johannes Börnert

**Jakobsmuscheln auf Mango-Curry mit Kokosschaum
und Kurkuma-Pfannenbrot**

Zutaten für zwei Personen

Für die Jakobsmuscheln:
 4 küchenfertige Jakobsmuscheln
 1 TL geröstetes Sesamöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Eine Pfanne erhitzen. Die Jakobsmuscheln trocken tupfen und in der Pfanne mit etwas Öl von beiden Seiten 1 Minute anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Mango-Curry:
 ½ reife Mango
 ½ Knoblauchzehe
 ½ Chilischote
 1-2 cm Ingwer
 ½ Zitrone, Saft
 100 ml Kokosmilch
 100 ml Fischfond
 2 TL helle Sojasauce
 1 EL geröstetes Sesamöl
 1 TL mittelscharfe, rote Currypaste
 10 g Cashewkerne
 1 TL Stärke
 1 Msp. Zimt
 1 Prise Zucker
 Salz, aus der Mühle

Cashewkerne in einer Pfanne goldbraun rösten, abkühlen lassen und grob hacken. Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein lösen und in kleine Würfel (5 mm) schneiden. Die halbe Chili entkernen und in sehr feine Streifen schneiden. Knoblauch und Ingwer abziehen bzw. schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen. Chili, Knoblauch und Zimt kurz anbraten, die Currypaste hinzufügen und 3 Minuten mitrösten. Mit Fischfond und Kokosmilch ablöschen und 3 Minuten köcheln lassen. Mangowürfel hinzufügen, leicht köcheln lassen, mit Sojasauce, etwas Zitronensaft, Salz und Zucker abschmecken und mit etwas Stärke binden. Am Ende die gehackten Cashewkerne hinzufügen.

Für das Kurkuma-Pfannenbrot:
 25 g Joghurt
 1 EL Olivenöl
 Neutrales Pflanzenöl, zum Braten
 75 g Weizenmehl, Type 405
 Doppelgriffiges Mehl, für die
 Arbeitsfläche
 1 TL Backpulver
 Muskatnuss, zum Reiben
 ½ TL Korianderkörner
 ½ TL Kurkumapulver
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Korianderkörner in einer Pfanne ohne Öl rösten, bis sie anfangen zu duften. Kurz abkühlen lassen und in einem Mörser zerstoßen. Olivenöl, Joghurt, 25 ml Wasser, Weizenmehl, Backpulver und die Gewürze mit einem Rührgerät mit Knethaken zu einem Teig kneten. Mit den Händen und etwas doppelgriffiges Mehl zu einer Kugel formen und in einer Schüssel einige Minuten ziehen lassen. Eine Pfanne erhitzen, aus dem Teig kleine flache Fladen formen und mit einem Wellholz dünn ausrollen und in einer Pfanne mit etwas Öl von beiden Seiten ausbacken, auf einem Küchepapier abtropfen und abkühlen lassen.

Für Kokosschaum: Kokosmilch langsam erhitzen und gut verrühren, dann in einen Sahnespender füllen, begasen, schütteln und warmhalten.
300 ml Kokosmilch

Für die Garnitur: Koriander abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen.
1 Orange, Abrieb Orangenschale abreiben. Beides als Garnitur verwenden.
2 Zweige Koriander

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Jakobsmuscheln sind laut WWF aktuell aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (*Stand: Mai 2025*):

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