



# 19./20. März 2027

StrandGut Resort

Gastkoch

## \*Felix Gabel

KAI3 im Budersand Hotel - Golf & Spa - Sylt

Beginn: 18:30 Uhr, 195 €

## StrandGut Resort

### Genuss auf Augenhöhe – hochwertig, aber entspannt

Was für ein fantastischer Ausblick bietet sich den Gästen vom StrandGut Resort im angesagten Badeort St. Peter-Ording: Dünenlandschaft und Strand bis an die Nordsee! Ob Familien, Paare, Singles,

Sportfans oder Hundefreunde – die direkte Lage an der Promenade mit Zugang zur Seebrücke an den 12 km langen und 2 km breiten Sandstrand gibt jedem genug Möglichkeiten zur freien Entfaltung. Gestartet 2007 als erstes Lifestyle Hotel an der Westküste, spiegelt sich die Lässigkeit sowohl im Design der hellen Zimmer und Suiten wie auch im Gastronomiekonzept wider. Die Dünen-Therme mit hoteleigenem Zugang bietet auf 6.500 qm Wellness und Badespaß. Seit 2015 prägt Küchendirektor Markus Friederici das Restaurant Deichkind im StrandGut Resort: „Unsere DNA ist die Kombination aus entspannter Lifestyle-Atmosphäre direkt an der Nordsee, hoher Produktqualität, ideenreicher, aber nicht abgehobener Küche und einem Team, das Gastgeber aus Überzeugung ist.“ Seine Handschrift steht für regionale, saisonale Küche ohne Schnickschnack modern interpretiert und nordisch geerdet; manchmal auch mit exotischen Einflüssen als Reminiszenz an seine internationalen Stationen.



StrandGut Resort

Am Kurbad 2 · 25826 St. Peter-Ording · Gastgeber: Kerrin Knorr & Markus Friederici  
Tel.: \*49 (0)4863-9999-0 · info@strandgut-resort.de · www.strandgut-resort.de

Seit 2024 dabei mit folgenden Gastköchen Nelson Müller, Katja Baum & Helena Gouveia

Das StrandGut Resort ist seit 2024 Mitglied im Schleswig-Holstein Gourmet Festival e.V. „Uns beeindruckt vor allem die unterschiedlichen Handschriften, wie Produkte interpretiert werden, Aromen aufgebaut sind und wie strukturiert und professionell Spitzenküche im Hintergrund funktioniert. Wir haben Lust, kulinarisch über den Tellerrand hinauszuschauen und uns mit starken Persönlichkeiten der Branche auszutauschen,“ sagt Markus Friederici. Neue Aromen-Kombinationen und Anrichtetechniken werden seither in die eigene Küchenphilosophie integriert. Auch die Gästeklientel hat sich mit dem SHGF verändert. Der geschäftsführende Gesellschafter Karsten Werner berichtet: „Wir sprechen zusätzlich eine sehr genussaffine Zielgruppe an, die für besondere kulinarische Erlebnisse reist. Gleichzeitig bleibt unsere Stammklientel neugierig und offen für neue Formate.“ Auch Musik- und Kulturfans kommen auf ihre Kosten. „Das StrandGut ist heute nicht mehr nur ein Ort zum Übernachten und Genießen, sondern auch unsere Bühne für besondere Erlebnisse. Mit Events wie unseren StrandGut Sessions holen wir Künstler, wie Johannes Oerding, Wincent Weiss oder Wolfgang Niedecken direkt an die Nordsee. Möglich macht das eine enge, gewachsene Freundschaft zu vielen der Künstler“, erzählt Karsten Werner.



„Wir haben Lust, kulinarisch über den Tellerrand hinauszuschauen und uns mit starken Persönlichkeiten der Branche auszutauschen.“



# Felix Gabel BUDERSAND Hotel – Golf & Spa – Sylt

Englisch in der Küche und norddeutsche, skandinavische Zutaten auf den Tellern

19./20. März 2027  
Gastkoch im StrandGut Resort



In Bad Honnef 1988 geboren und in Linz am Rhein aufgewachsen lebt Felix Gabel das Fernweh in vollen Zügen aus. Sein Fokus liegt dabei immer auf dem Erlernen neuer Küchen und Kulturen, wie bei seinen Stationen in Australien, Kanada, den USA und Thailand. Um sich den Lernprozess in weltweit führenden Restaurants, wie Domenico (New York), COI (San Francisco) und Gaggan in Bangkok leisten zu können, arbeitete er zwischendurch in der Schweiz. „Es war eine harte Zeit, aber ich konnte unsagbar viel lernen und Netzwerke aufbauen“, berichtet der Weltenbummler.

Golf & Spa – Sylt. Im Fine-Dining-Restaurant KAI3 entfaltet sich seine Nordic Fusion Küche – fantasievoll, nachhaltig und verwurzelt in der Region. „Meine Küche ist sehr aufwendig. Wir sind bemüht, unsere Gäste auf eine aromatische Reise mitzunehmen, und möchten mit unseren Gerichten Geschichten erzählen“, erklärt der leidenschaftliche Surfer. Norddeutsche und skandinavische Zutaten verschmelzen zu spannenden Kompositionen, die den Geschmack des Nordens repräsentieren, wie z. B. beim ‚Dosenfutter 2.0‘ mit Schleswig-Holstein Wagyu, Rote Bete, Makrele und Trüffel. Felix Gabel erklärt: „Wir überlegen uns vorab, welche Geschichte wir erzählen möchten und schauen, welche Produkte uns die aktuelle Saison zur Verfügung stellt.“ Um den Personalmangel in Deutschland zu kompensieren, setzt Gabel von Beginn an auf ein internationales Team. „Ich lege Wert darauf, dass jeder seine Ideen in den Entstehungsprozess neuer Gerichte einbringt“, so der weitsichtige Sternekoch.



## „Wir erzählen mit unseren Gerichten Geschichten.“

Heute begeistert der 38-Jährige die Gäste auf der Nordseeinsel Sylt: Seit 2017 leitet Felix Gabel die drei Restaurants im 5-Sterne-Superior Budersand Hotel –

Am Kai 3, 25997 Hörnum, Deutschland  
[www.budersand.de](http://www.budersand.de)

## REZEPT VON FELIX GABEL

# AUS DER GULASCHKANONE

KAISERGRANAT, SPITZPAPRIKA,  
KNOBLAUCH, GULASCHESSENZ



ZUBEREITUNG  
ca. 2 Stunden



PORTIONEN  
10 Personen



SCHWIERIGKEIT  
Schwer



## ZUTATEN

### Ungarische Gulaschessenz:

- 500 g Rindergulasch
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Paprikaschoten
- 2 Karotten
- 1 Tomate
- 2 EL edelsüßes Paprikapulver
- 1 TL scharfes Paprikapulver (optional)
- 1 TL Kümmel
- 1 EL Tomatenmark
- 2 L Rinderbrühe
- 1 Lorbeerblatt
- Salz, Pfeffer, Petersilie, Zitronenabrieb, gerösteter Kümmel

### Paprika-Püree:

- 2 kg Boiron Paprika
- 1,5 kg Ajvar
- 50 g Rauchöl
- 30 g Salz
- 2 g Pfeffer
- 25 g Macadamianüsse
- 25 g Ahornsirup

### Pommes soufflée:

- 4 mehligkochende Kartoffeln
- 2 Eiweiß
- 2 EL Kartoffelstärke
- Pflanzenöl, Salz

### Weißes Zwiebelpüree:

- 500 g weiße Zwiebeln
- 100 ml Sahne
- 50 g Butter
- 1 Prise Zucker
- Salz
- 300 g fermentierter Knoblauch

## ZUBEREITUNG

### 1 KAISERGRANAT

Kaisergranat ausbrechen, Darm entfernen. Kurz vor dem Servieren scharf anbraten, mit Butter, Knoblauch und Basilikum aromatisieren.

### 2 UNGARISCHE GULASCHESSENZ

Fleisch in Butterschmalz scharf anbraten, herausnehmen. Zwiebeln und Knoblauch anbraten, Paprikapulver und Kümmel kurz anschwitzen. Tomatenmark, Tomate, Paprika und Karotten hinzufügen. Mit Brühe auffüllen, Fleisch und Lorbeerblatt dazugeben. 1,5 Stunden köcheln lassen. Passieren, abschmecken und mit Petersilie, Zitronenzeste, Knoblauch und geröstetem Kümmel aromatisieren.

### 3 PAPRIKA-PÜREE

Paprika und Ajvar aufkochen, mit Rauchöl abschmecken. Im Vitamix mit Macadamia Nüssen fein pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### 4 POMMES SOUFFLÉE:

Kartoffeln schälen, in 3-4 mm Scheiben schneiden, abwaschen und trocknen. Scheiben in Eiweiß und Stärke tauchen. 1. Frittieren: 5-7 Minuten bei 130°C frittieren, abtropfen lassen. 2. Frittieren: Bei 180-190°C knusprig frittieren. Mit Salz bestreuen.

### 5 WEISSES ZWIEBELPÜREE

Zwiebeln in Butter mit Zucker glasig dünsten, Sahne zugeben und weichkochen. Pürieren, mit fermentiertem Knoblauch abschmecken.

### 6 GARNITUR

Frisée, blaue Kornblume, Persinette-Kresse, gelbe Tagetes-Blüte.



### AUSGEZEICHNET

1 Michelin-Stern, 8+ Pfannen Gusto, 3 F Der Feinschmecker, Nr. 56 auf der Liste „100 Best Chefs Germany“



### KÜCHENPHILOSOPHIE

Regionale, nordische Produkte kombiniert mit internationalen Einflüssen und Techniken zum eigenen Nordic Fusion Stil.



### INSPIRATION

Erlebnisse, Gerüche, Natur & Kulturen lassen Ideen für Neues entstehen.