

| Die Küchenschlacht – Leibgerichte vom 14. Januar 2008

„Himmel un Äd“ von Helga Rincke

Zutaten für zwei Personen

| | |
|----------|----------------------------|
| 250 g | Blutwurst |
| 2 | Zwiebeln |
| 3 | Äpfel, Braeburn |
| 4 Zweige | Petersilie |
| 1 Bund | Schnittlauch |
| 125 ml | Sahne |
| 200 g | Butter, weich |
| 80 ml | Milch |
| 5 | Kartoffeln, mehlig kochend |
| | Knoblauchsatz |
| | Muskat |
| | Salz |
| | Pfeffer |

Zubereitung

Einen Topf mit Wasser aufsetzen. Die Kartoffeln schrubben und zusammen mit einer Prise Salz im heißen Wasser gar kochen.

Die Äpfel waschen, schälen, entkernen und in Ringe schneiden. Die Zwiebel abziehen und ebenfalls in Ringe schneiden.

Drei Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel- und Apfelingelbe in der goldgelben Farbe dünsten.

Die Milch in einem kleinen Topf erhitzen.

Die Petersilienblättchen von den Stielen abzupfen und hacken. Etwas Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

Die gekochten Kartoffeln pellen und zerstampfen. Zwei Esslöffel Butter, Knoblauchsatz, Schnittlauch und die gehackte Petersilie dazugeben und mit heißer Milch und Sahne cremig rühren. Mit einer Prise Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Blutwurst in große Scheiben schneiden und in der Butter von beiden Seiten knusprig braten.

Die Blutwurst und das Kartoffelpüree auf den Tellern anrichten und mit den Apfel- und Zwiebelringen garnieren.



Birnen, Bohnen und Speck von Stefan Hägerling

Zutaten für zwei Personen

| | |
|--------|-----------------------|
| 250 g | Kasseler, roh |
| 50 g | Speck, durchwachsen |
| 400 g | Kartoffeln |
| 1 Bund | Petersilie |
| 2 | Birnen, reif |
| 400 g | Bohnen, grün |
| 1 Bund | Bohnenkraut |
| 1 | Zwiebel |
| 1 | Nelke |
| 1 | Lorbeerblatt |
| 1 EL | Speiseöl |
| 6 TL | Fleischbrühe, gekörnt |
| 2 TL | Mehl |
| | Zucker |
| | Salz |
| | Pfeffer |

Zubereitung

Einen Topf mit Wasser aufsetzen. Die Kartoffeln schälen und zusammen mit einer Prise Salz im heißen Wasser gar kochen.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebel und den Speck würfeln. Die Zwiebelwürfel im heißen Fett glasig dünsten und dann Speck und Kasseler dazugeben. Das Fleisch anbräunen und anschließend mit 100 Millilitern Wasser ablöschen.

Den Sud aufkochen lassen. Die Nelke, das Lorbeerblatt und sechs Teelöffel Brühe dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Bohnen mit dem Bohnenkraut dazugeben, bissfest kochen und wieder herausnehmen. Die Bohnen mit kaltem Wasser abschrecken.

Die Birnen schälen und das Kerngehäuse entfernen. Die Birnen vierteln und in einer Pfanne mit etwas Kasselerwasser und Zucker karamellisieren. Die Birnen mit den Bohnen vermengen.

Auf Wunsch den Fleischsud mit etwas Mehl andicken.

Kartoffeln, Kasseler und das Birnen-Bohnen-Gemisch auf einem Teller anrichten, mit etwas Bratsud beträufeln und mit einem Zweig Petersilie garnieren.



Wiener Schnitzel mit Petersilienkartoffeln und grünem Salat von Alexandra Baum

Zutaten für zwei Personen

| | |
|---------|--|
| 2 | Kalbsfricandeau, à 150 g, küchenfertig |
| 3 | Eier |
| 200 g | Semmelbrösel |
| 250 g | Mehl |
| 1 Bund | Petersilie, kraus |
| 1 Bund | Schnittlauch |
| 8 | Kartoffeln, klein |
| 1 | Salatkopf, klein |
| 1 | Zitrone |
| 1 | Zwiebel |
| 2 Zehen | Knoblauch |
| 4 EL | Butter |
| 1 Prise | Zucker |
| 1 TL | Estragon Senf |
| 1 Glas | Preiselbeersauce |
| | Weißweinessig |
| | Balsamicoessig |
| | Kernöl |
| | Mineralwasser |
| | Butterschmalz |
| | Salz, aus der Mühle |
| | Pfeffer, aus der Mühle |

Zubereitung

Einen Topf mit Wasser aufsetzen. Die Kartoffeln mit einer Prise Salz ins heiße Wasser geben und bissfest kochen.

Die Kalbsfricandeaus mit Klarsichtfolie bedecken und vorsichtig plattieren. Anschließend das Fleisch beidseitig salzen und pfeffern.

Die Eier und einen Schuss Mineralwasser mit einer Gabel verquirlen und auf einen Teller geben. Auf je einen weiteren Teller das Mehl sowie die Semmelbrösel geben.

Das Schnitzel zuerst in Mehl wenden, dann durch die Eimasse ziehen und zum Schluss in den Semmelbröseln wenden.

Etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Schnitzel im heißen Butterschmalz von beiden Seiten je vier Minuten goldbraun backen. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und auf einem Stück Küchenkrepp abtropfen lassen.

Die Petersilie fein hacken. Die gekochten Kartoffeln pellen. Die Butter in einer Pfanne zerlassen und die Kartoffeln darin schwenken. Die Kartoffeln mit Salz abschmecken und in der Petersilie wälzen.

Den Salat in mundgerechte Stücke zupfen. Die Knoblauchzehen fein hacken und den Schnittlauch in kleine Röllchen schneiden. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln.

Balsamico- und Weißweinessig zu gleichen Teilen vermengen. Salz, Pfeffer, Senf, Knoblauch, Zwiebeln und eine Prise Zucker unterrühren. Das Dressing, etwas Kernöl und die Schnittlauchröllchen über den Salat geben.

Die Zitrone waschen und in Scheiben schneiden.

Das Schnitzel mit den Petersilienkartoffeln, dem Salat, Zitronenscheiben und der Preiselbeersauce anrichten.



Gebratene Hohe Rippe mit Gemüsekugeln und Polentaplätzchen von Rolf Bürger

Zutaten für zwei Personen

| | |
|----------|---|
| 1 Stück | Hohe Rippe, 4 Zentimeter hoch, küchenfertig |
| 1 Knolle | Kohlrabi |
| 1 Knolle | Sellerie |
| 1 | Pastinake |
| 2 | Karotten |
| 8 | Teltower Rübchen |
| 250 g | Zuckerschoten |
| 100 g | Polenta |
| 150 g | Parmesan |
| 1 EL | Butterschmalz, zum Anbraten |
| 3 EL | Butter |
| 300 ml | Wasser |
| | Meersalz, grob |
| | Fleur de sel |
| | Pfeffer, schwarz, aus der Mühle |

Zubereitung

Den Backofen auf 120 Grad vorheizen.

Einen Esslöffel Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Hohe Rippe vier Minuten von beiden Seiten scharf anbraten. Mit Fleur de sel und Pfeffer würzen und eine halbe Stunde im Backofen ziehen lassen.

Einen Topf mit Wasser aufsetzen. Einen Esslöffel grobes Meersalz zugeben.

Das Gemüse schälen. Mit einem Parisienne-Ausstecher aus dem Sellerie, den Karotten, der Pastinake, den Teltower Rübchen und dem Kohlrabi Gemüsekugeln ausstechen. Die Gemüsekugeln in der genannten Reihenfolge ins Wasser geben. Die Zuckerschoten halbieren und ebenfalls ins Wasser geben. Das Gemüse 15 Minuten im Salzwasser dünsten.

Etwas Butter in einem Topf schmelzen und die Polenta darin kurz anrösten. 300 Milliliter Wasser unter Rühren dazugießen und zum Kochen bringen. Fünf Minuten unter ständigem Rühren weiter kochen. Einen halben Teelöffel Fleur de sel dazugeben.

Den Parmesankäse reiben und zwei Drittel unter die Polenta rühren.

Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen. Aus der Polentamasse mit einem Esslöffel Fladen formen und in die heiße Butter geben. Den restlichen Parmesankäse auf die Fladen streuen. Die Pfanne mit einem Deckel verschließen und 15 Minuten bei schwacher Hitze braten.

Zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Gemüsekugeln vier Minuten in der heißen Butter schmoren lassen, bis sie die gewünschte Festigkeit haben. Anschließend mit Fleur de sel und Pfeffer würzen.

Das Fleisch aus dem Backofen nehmen und aufschneiden. Zusammen mit dem Gemüse und den Polenta-Plätzchen anrichten.

Bananen-Hackfleisch-Curry von Claudia Otto

Zutaten für zwei Personen

| | |
|----------|-----------------------------|
| 300 g | Hackfleisch, gemischt |
| 2 | Bananen, reif |
| 2 | Zwiebeln, mittelgroß |
| 100 ml | saure Sahne |
| 100 g | Tomatenmark |
| 250 g | Reis |
| 2 Zweige | Petersilie, kraus |
| 4 EL | Currypulver |
| 100 g | Margarine |
| 2 EL | Fleischbrühe, gekörnt |
| 2 EL | Rosenpaprikapulver, edelsüß |
| 2 EL | Worcestersauce |
| | Salz |
| | Pfeffer |

Zubereitung

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Den Reis gut waschen und im heißen Wasser bissfest kochen.

Die Zwiebeln abziehen und fein würfeln.

Margarine in einer Pfanne erhitzen.

Die Zwiebeln im heißen Fett anbräunen.

Das Hackfleisch hinzugeben und unter Rühren acht Minuten braten.

Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Currypulver und zwei Esslöffeln Brühe würzen.

Saure Sahne, Tomatenmark, etwas Wasser und einen Spritzer Worcestersauce dazugeben und drei Minuten köcheln lassen.

Bananen schälen, in kleine Würfel schneiden und zum Fleisch in die Pfanne geben. Heiß werden lassen.

Das Bananen-Hackfleisch-Curry mit dem Reis anrichten und mit einigen Petersilienblättchen garnieren.



Berliner Boulette mit Möhrengemüse von Horst Mett

Zutaten für zwei Personen

| | |
|---------|------------------------------|
| 300 g | Hackfleisch, vom Rind |
| 1 | Brötchen, trocken |
| 2 | Zwiebeln |
| 2 Zehen | Knoblauch |
| 100 g | Schafskäse |
| 2 TL | Senf |
| 50 g | Butter |
| 1 | Chilischote, rot |
| 6 | Karotten |
| 1 EL | Majoran, getrocknet |
| 1 Bund | Petersilie, glatt |
| 1 | Ei |
| 1 | Baguette |
| | Olivenöl |
| | Zucker |
| | italienische Kräutermischung |
| | Salz |
| | Pfeffer |

Zubereitung

Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Das Baguette aufschneiden, mit Olivenöl beträufeln und fünf Minuten bei 180 Grad in den Ofen geben.

Das Brötchen in Wasser einweichen und anschließend das Wasser ausdrücken. Die Zwiebeln abziehen und fein schneiden. Den Knoblauch fein hacken.

Das Rinderhack, die Zwiebelwürfel, Knoblauch, Senf und ein Ei in eine Schüssel geben und gut vermengen.

Die Petersilie fein hacken. Den Schafskäse würfeln. Die Chilischote entkernen und fein schneiden. Alles zusammen mit dem Majoran und einem Esslöffel italienischer Kräutermischung in eine Schüssel geben und vermengen.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Aus der Hackmasse vier Bouletten formen. In jede Boulette ein Loch drücken, mit den Schafskäsewürfeln füllen und wieder verschließen. Die Bouletten in heißem Fett von jeder Seite scharf anbraten und dann zehn Minuten bei geringer Hitze knusprig braten.

Die Karotten schälen und der Länge nach halbieren.

Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwei Teelöffel Zucker in der heißen Pfanne leicht karamellisieren lassen. Die Karotten und eine Prise Salz in die Pfanne geben und fünf Minuten lang bissfest dünsten.

Die Bouletten zusammen mit den Karotten auf Tellern anrichten. Mit etwas Petersilie und Majoran garnieren. Dazu das warme Baguette reichen.