

| Die Küchenschlacht – Menü am 02. März 2017 | Hauptgang & Dessert mit Björn Freitag



Samuel Mottaki

Gefüllte Wachtel mit Granatapfel-Sauce und Süßkartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für die Wachteln:

- 2 küchenfertige Wachteln à 160 g
- 50 g Spinat
- 1 rote Chili
- 1 Knoblauchzehe
- 200 ml Milch
- 50 ml Gemüsefond
- 20 ml Balsamico
- 2 EL Tomatenmark
- 50 g Zitronengraspulver
- 1 TL Kurkuma
- 1 Zweig glatte Petersilie
- 1 Zweig Koriander
- 1 Zweig Basilikum
- 1 Zweig Minze
- 1 Zweige Thymian
- neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Wachtel waschen und trockentupfen. Basilikum, Petersilie, Koriander und Minze abbrausen, trockenwedeln und die Blätter abzupfen. Chilischote längs halbieren, die Kerne herauskratzen und fein hacken. Die Kräuter, Chili und den Spinat in einer Pfanne mit Öl dünsten und in die Bauchhöhlen füllen. Die Öffnungen mit kleinen Hölzchen zustecken. Öl in der Pfanne erhitzen und die Wachteln darin von allen Seiten etwa 10 Minuten goldbraun braten.

Balsamico, Kurkuma, Zitronengraspulver und Fond hinzugeben und zugedeckt 15 Minuten schmoren lassen.

Für die Granatapfel-Sauce:

- ½ Granatapfel
- 2 EL Granatapfelsirup
- 1 Orange
- 1 rote Chili
- 100 g Walnüsse
- 1 TL Mehl
- 1 EL Zucker
- 1 Zweig glatte Petersilie
- 1 Zweig Koriander
- 1 Zweig Basilikum
- 1 Zweig Minze
- 1 Zweige Thymian
- 1 EL neutrales Pflanzenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Granatapfel halbieren und aus einer Hälfte die Kerne herauslösen, Kerne aufbewahren. Granatapfel und Orange halbieren und auspressen. Zucker in einem kleinen Topf hellbraun karamellisieren. Orangen- und Granatapfelsaft angießen und 4 Minuten einkochen, bis ein cremiges Karamell bildet. Mehl und 2 EL kaltes Wasser glattrühren, in die kochende Sauce einrühren und damit leicht binden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Chilischote längs aufschneiden, von Kernen befreien, klein schneiden und mit in die Sauce mischen. Basilikum, Petersilie, Koriander und Minze abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und zu der Sauce geben.

Für die Süßkartoffeln:	Die Süßkartoffel schälen und in etwa 1 cm große Würfel schneiden.
200 g Süßkartoffeln	Chilischote längs halbieren, die Kerne herauskratzen und fein hacken.
1 Mangold	Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Karotten schälen, von den Enden befreien und grob hacken. Das Öl in einer Pfanne erhitzen.
1 Karotte	Kartoffel- und Karottenwürfel bei starker Hitze 5 Minuten anbraten. Hitze reduzieren, Schalotte, Knoblauch und Chili dazugeben und ca. 12 Minuten braten. Süßkartoffeln vom Herd nehmen. Mangoldblätter kurz unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sauce erwärmen und die Granatapfelkerne mit den Rosinen dazugeben.
1 rote Chili	
1 Schalotte	
1 Knoblauchzehe	
25 g Rosinen	
1 EL neutrales Pflanzenöl	
Salz, aus der Mühle	
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle	

Die gefüllte Wachtel mit Granatapfel-Sauce und Süßkartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.



Samuel Mottaki

Crêpe mit Schokolade und Mango-Pistazien-Quark

Zutaten für zwei Personen

Für die Crêpes:

250 g Mehl
4 Eier
50 g Margarine
500 ml Milch
100 g Schokolade
1 EL Vanillezucker
1 EL neutrales Pflanzenöl

Eier, Margarine, Milch, Mehl und Vanillezucker verrühren. Den Teig hauchdünn in eine Pfanne mit wenig Öl geben und hell anbraten. Schokolade in einem Anschlagessel über einem Wasserbad schmelzen. Die Hälfte der Schokoladenmasse auf den Crêpes verteilen, zusammen rollen, in Plastikfolie wickeln und ca. 10 Minuten in den Kühlschrank legen.

Für den Mango-Pistazien-Quark:

½ Mango
50 g Pistazien
1 Pomelo
100 g Quark
80 g Sahne
80 g Joghurt
85 g Mascarpone
80 g Zucker
1 Zweig Minze

Quark, Joghurt, Mascarpone und Zucker mit einem Handrührgerät verrühren. Die Sahne mit einem Handrührgerät steif schlagen und unter die Masse heben. Mango vom Stein schneiden und in dünne Streifen schneiden. Pistazien raspeln und 4 Pistazien bewahren. Mit einigen geraspelten Pistazien bestreuen. Crêpes aus dem Kühlschrank nehmen und in 3 Teile schneiden. Mango, Quarkmasse und Crêpes abwechselnd schichten. Mit den übrigen geraspelten Pistazien bestreuen und mit Schokolade in sehr schmale Linie übergießen.

Den Crêpe mit Schokolade und Mango-Pistazien-Quark auf Tellern anrichten und servieren.



Michael Michaelis

Rehrücken mit Spitzkohl und Kartoffel-Sellerie-Stampf

Zutaten für zwei Personen

Für den Rehrücken:

- 1 parierter Rehrücken à 400 g
- 3 Knoblauchzehen
- 200 ml Rehfond
- 50 g kalte Butterwürfel
- ¼ TL Stärke
- 2 TL Wildgewürz
- 3 Zweige Thymian
- 3 Zweige Rosmarin
- Olivenöl, zum Anbraten

Den Ofen auf 70 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Rehrücken waschen, trockentupfen und mit Wildgewürz und Salz rundum würzen. Rosmarin und Thymian abbrausen, trockenwedeln und den Rehrücken mit den Kräutern und angedrückten Knoblauchzehen in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Den Rehrücken in den Ofen geben und den Bratensatz mit Butter lösen und Rehfond aufgießen. Auf etwa 1/3 reduzieren, Butter einrühren und mit in Wasser angerührter Speisestärke aufmontieren.

Für den Spitzkohl:

- ½ Spitzkohl
- 2 Schalotten
- 100 ml Gemüsefond
- 50 g Schmand
- neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle

Schalotten abziehen, fein würfeln und in einer Pfanne mit Öl anschwitzen. Spitzkohl waschen, trocknen und in feine Streifen schneiden. Spitzkohl in die Pfanne geben und 2 Minuten mitrösten. Gemüsefond angießen und den Spitzkohl ca. 8 Minuten bissfest garen. Das Gemüse mit Schmand und Salz abschmecken.

Für den Stampf:

- 4 Kartoffeln
- 150g Sellerie
- 100 ml Gemüsefond
- 1 Lorbeerblatt
- 50 ml Sahne
- 50 g Butter
- 1 Muskatnuss, zum Reiben

Kartoffeln und Sellerie schälen, in kleine Würfel schneiden und mit Gemüsefond, 100 ml Wasser und dem Lorbeerblatt gar kochen. Sahne und Butter in einem weiteren Topf mit etwas Muskatnuss erhitzen.

Kartoffeln abgießen und etwas Kochwasser auffangen. Die heiße Sahne über die Kartoffeln geben und stampfen. Etwas Kartoffelwasser angießen.

Für die Garnitur:

- 75 g gemischte Pilze
- 1 EL Butter

Die Pilze putzen und in einer Pfanne mit aufgeschäumter Butter etwa 3 Minuten rösch anbraten.

Den Rehrücken mit Spitzkohl und Kartoffel-Sellerie-Stampf auf Tellern anrichten, mit den Pilzen garnieren und servieren.



Michael Michaelis

Birnentarte mit Mascarpone-Eis

Zutaten für zwei Personen

Für die Tarte:

2 Birnen
1 Rolle TK-Blätterteig
200 g Butter
Zucker, zum Auszuckern

Den Ofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Birnen schälen, entkernen und in Spalten schneiden. Blätterteig in Formgröße ausschneiden und die Tarte-Formen buttern und zuckern. Birnenspalten hineingeben und mit einer Lage Blätterteig bedecken. Im Ofen 12 Minuten goldgelb backen.

Für das Eis:

300 g griechischer Joghurt
100 g Mascarpone
100 g Sahne
80 g Puderzucker
1 Limette, davon den Saft
1 Zitrone, davon den Abrieb
30 ml Waldmeistersirup

Die Zitrone waschen, abtrocknen und die Schale dünn abreiben. Den Saft der Limette auspressen. Saft und Schale, Zucker, Mascarpone und Joghurt in eine Rührschüssel geben. Den Sirup unterrühren und mit einem Stabmixer aufmixen.

Die Sahne steif schlagen und unter die Massen heben. Die Masse in einer Eismaschine etwa 30 Minuten zu cremigen Eis gefrieren lassen.

Die Birnentarte mit Mascarpone-Eis auf Tellern anrichten und servieren.



Christian Preuß

Schweinefilet und zweierlei Garnelen mit Chili-Kokos-Chutney und fruchtigem Basmati

Zutaten für zwei Personen

Für das Chutney:

- 1 ½ grüne Chilis
- 30 g Kokosraspeln
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Knolle Ingwer à 3 cm
- 1 Limette
- 1 TL Zucker
- 1 Bund Koriander
- Salz, aus der Mühle

Die Kokosraspel in einer Pfanne ohne Fett goldgelb rösten und abkühlen lassen.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Ingwer Limette heiß abwaschen und trocken reiben. Die Schale raspeln und den Saft auspressen. Den Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Einige Blätter zur Dekoration aufbewahren. Chilischote längs halbieren, die Kerne herauskratzen und fein hacken. Mit etwas Salz und Zucker in der Moulinette zu einem trockenen Chutney hacken.

Für das Schweinefilet:

- 1 Schweinefilet à 250 g
- 200 ml Kokosmilch
- 100 ml Gemüsefond
- 2 EL Erdnussöl, zum Anbraten

Fleisch waschen, trockentupfen und in 2 ½ cm große Medaillons schneiden. In einem Wok das Erdnussöl erhitzen und die Hälfte des Chutneys unter Rühren anbraten. Kokosmilch und Fond angießen und kräftig aufkochen lassen. Das Fleisch dazugeben und ca. 10 Minuten gar ziehen lassen. Das übrige Chutney und Koriander darüber verteilen.

Für die Garnelen:

- 4 küchenfertige Riesengarnelen
- 50 ml eiskalten Mineralwasser
- 1 rote Chili
- 50 g Mehl
- ½ TL Backpulver
- 1 TL Honig
- ½ EL Maiskeimöl
- 1 EL Erdnussöl
- brauner Zucker, zum Abschmecken

Mehl, Backpulver und Öl mit dem 50 ml eiskalten Mineralwasser zu einem glatten Teig rühren.

Zwei Garnelen waschen, trocknen und mit Salz und Pfeffer würzen. In Mehl wenden und durch den Teig ziehen. In heißem Öl goldgelb ausbacken. Die übrigen Garnelen würzen. Die Chilischote längs halbieren, die Kerne herauskratzen und fein hacken. Den braunen Zucker und den Honig im Topf schmelzen, die Chili und die Garnelen dazugeben und mitgaren.

Für den Basmati:

- 75 g Basmatireis
- 1 Schalotte
- ½ rote Chili
- ½ Knoblauchzehe
- 150 ml Gemüsefond
- 50 ml Ananassaft
- 1 EL ungesalzene Erdnüsse
- ½ Mango
- ½ kleine Ananas
- 3 Kardamomkapseln
- 1 Sternanis
- 2 Gewürznelken
- ½ Zimtstange
- ½ Bund glatte Petersilie
- Salz, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Schalotten und Knoblauch abziehen, fein hacken und mit dem Reis in einem Topf anschwitzen. Kardamom, Sternanis, Nelken und Zimtstange in einen Teebeutel geben, verschließen und mit einer angedrückten Chili in den Topf geben. Mit Ananassaft und Fond ablöschen und kurz aufkochen. 15 Minuten im Ofen köcheln lassen. Ananas schälen, vierteln, den Strunk herausschneiden, die Mango schalen und beides fein würfeln und die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Erdnüsse in einer Pfanne ohne Öl rösten. Zum Schluss alles unter den Reis mischen.

Das Schweinefilet und zweierlei Garnelen mit Chili-Kokos-Chutney und fruchtig-geschmortem Basmati auf Tellern anrichten und servieren.



Christian Preuß

Gebratene Ananas mit Gewürzkaramell und Zitronen-Mascarpone

Zutaten für zwei Personen

Für die Ananas und das Karamell:

- 1 kleine Ananas
- 1 ½ TL rosa Pfefferbeeren
- 80 g Zucker
- 1 EL Butter
- 2 EL Sesamsamen
- 1 ½ TL gemahlener Koriander
- 4 Zweige Minze
- 1 Prise grobes Meersalz

Die Ananas schälen, längst vierteln und den Strunk entfernen. Den Pfeffer abspülen und grob hacken.

Den Zucker in einer großen beschichteten Pfanne karamellisieren. Die Ananasviertel darin 5 Minuten braten, aus der Pfanne nehmen und mit rosa Pfeffer bestreuen. Die Butter zum Karamell geben und unter Rühren schmelzen. Koriander und Sesam darin rösten. Etwas Salz zugeben. Das heiße Karamell über die Ananas gießen und die Mascarpone daneben platzieren. Minze abbrausen, trockenwedeln und Blättchen abzupfen.

Für die Mascarpone:

- 250 g Mascarpone
- 100 ml geschlagene Sahne
- 1 Zitrone, davon Saft und Schale
- 1 EL Honig
- 4 Zweige Minze
- 10 Chilifaden, zum Garnieren

Die Sahne steif schlagen. Die Zitronenschale reiben und den Saft auspressen. Die Mascarpone, Zitronensaft und -schale sowie Honig cremig schlagen. Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Minze und Sahne unterheben.

Die gebratene Ananas mit Gewürzkaramell und Zitronen-Mascarpone auf Tellern anrichten und servieren.