

| Die Küchenschlacht – Menü am 04. April 2017 |
Vorspeise mit Alexander Herrmann



Philipp Teschner

Caesar Salad mit marinierten Rinderfiletstreifen

Zutaten für zwei Personen

Für den Salat:

- 2 Romanasalatherzen
- 3 Sardellenfilets
- 2 Knoblauchzehen
- 200 g Parmesan
- 1 Ei, davon das Eigelb
- 250 g Naturjoghurt
- 1 EL Weißweinessig
- 250 ml Sonnenblumenöl
- 5 EL trockener Weißwein
- ½ altbackenes Ciabatta
- ½ frisches Ciabatta

Den Romanasalat waschen, trockenschleudern und in Streifen schneiden. Das Ei trennen und das Eigelb leicht salzen, Weißweinessig angießen und cremig rühren. Sonnenblumenöl untermischen und zu einer Mayonnaise verarbeiten. Mit dem Naturjoghurt vermischen.

Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Die Sardellenfilets wässern und in einer Moulinette mit dem Knoblauch zu einer Paste mixen. Parmesan fein reiben. Sardellenpaste, Mayo-Masse, Weißwein und Parmesan zu einer Sauce verrühren. Sauce mit den Salatstreifen vermengen.

Altbackenes Ciabatta zu kleinen Croûtons würfeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Brot darin kross anrösten.

Das frische Ciabatta im Ganzen im Ofen bei 100 Grad Ober-/Unterhitze kurz erwärmen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden.

Für die Rinderstreifen:

- 1 Rinderfilet à 150 g
- 5 g 5-Gewürze-Pulver
- Olivenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Rinderfilet waschen, trockentupfen und in Streifen schneiden. Öl mit 5-Gewürze-Pulver, Salz und Pfeffer verrühren und die Fleischstreifen darin etwa 10 Minuten marinieren.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin scharf anbraten.

Den Caesar Salad auf einem Teller anrichten, Brotwürfel und Rinderfiletstreifen darauf verteilen und mit zwei Scheiben ofenwarmem Ciabatta servieren.



Erna Henzler

Curry-Kokos-Suppe mit Garnelenspieß

Zutaten für zwei Personen

Für die Curry-Kokos-Suppe:

100 ml Kokosmilch
 300 ml Geflügelfond
 1 Schalotte
 ¼ Staudensellerie
 1 kleiner Apfel
 ½ Banane
 1 Zitrone, davon 1 EL Saft
 30 g Butter
 50 ml Sahne
 ½ TL Mehl
 25 ml Orangensaft
 2 EL Honig
 ½ TL mittelscharfes Currypulver

Die Butter in einem Topf aufschäumen. Schalotte abziehen und klein hacken. Staudensellerie putzen und fein hacken. Apfel vom Kerngehäuse befreien und schälen. Die Banane schälen und kleinschneiden. Sellerie, Apfel, Banane und Schalotte im Topf ca. 5 Minuten kräftig andünsten. Currypulver zugeben, mitrösten und mit Mehl bestäuben. Geflügelfond, Kokosmilch und Sahne aufgießen und bei schwacher Hitze 2 Minuten köcheln, mit einem Stabmixer pürieren und durch ein Sieb passieren. Mit etwas Zitronensaft, Currypulver, Honig und Orangensaft abschmecken. Mit einem Stabmixer schaumig aufmixen.

Für den Spieß:

4 küchenfertige Riesengarnelen
 2 Stiele Zitronengras
 1 Zitrone
 2 TL Butter
 neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Riesengarnelen waschen, trockentupfen, kräftig salzen und pfeffern. Je 2 Garnelen auf die Zitronengras-Stiele aufspießen. Die Spieße in einer Pfanne mit heißem Öl von beiden Seiten ca. 2 ½ Minuten anbraten. Die Hitze reduzieren, etwas Zitronensaft angießen und Butter darin aufschäumen. Die Garnelen mit der Zitronen-Butter glasieren.

Die Curry-Kokos-Suppe mit dem Spieß auf Tellern anrichten und servieren.



Claudia Pietza

Spinat-Ravioli mit Spinat-Parmesan-Schmelze

Zutaten für zwei Personen

Für den Pasteteig:

200 g gesiebtes Mehl
2 EL Paniermehl, zum Ausrollen
2 Eier
2 TL neutrales Pflanzenöl

Das Mehl mit Ei und Öl zu einem kompakten Teig verkneten und ca. 4 mm dünn auf einer mit Paniermehl bestreuten Fläche ausrollen. Den Teig etwa 10 Minuten in den Kühlschrank geben.

Den Teig mit einer Nudelmaschine verarbeiten und zu 2 Platten verarbeiten. Aus den Platten etwa zehn Kreise ausstechen.

Für die Füllung:

250 g Blattspinat
1 Zwiebel
50 g Parmesan
2 EL Sahnefrischkäse
1 EL Zucker
½ Bund Basilikum
neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebel abziehen, kleinschneiden und mit Zucker in der Pfanne anrösten. Spinatblätter waschen, trockenschleudern und mit den Basilikumblättern zu den Zwiebeln geben. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Etwa 5 Minuten kräftig anrösten.

Etwa 2 EL der Spinatzubereitung aus der Pfanne entnehmen und in einen kleinen Topf geben. Parmesan fein reiben, Sahnefrischkäse und Parmesan in den Topf geben und in einer Moulinette zu einer cremigen Masse pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Sahnesauce:

200 g Sahne
25 g g Parmesan
1 Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die übrige Spinatzubereitung mit der Sahne aufgießen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Parmesan hobeln unter die Sauce heben. Mit dem Stabmixer cremig aufmixen.

Salzwasser in einem Topf zum Sieden bringen. Die Teigkreise mit ½ EL der Füllung füllen, zu Halbkreisen formen und verschließen. Die Ravioli in das siedende Salzwasser geben und 5 Minuten gar ziehen lassen.

Die Teigtaschen in der Pfanne mit der fertigen Sahnesauce schwenken.

Für die Garnitur:

50 g Parmesan
3 Zweige Basilikum

Basilikum abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Den Parmesan grob hobeln.

Die Ravioli mit der Sauce aus der Pfanne nehmen, mit Parmesanhobeln und Basilikum garnieren und servieren.



Andreas Reuschel

Frühlingsrolle von Lachs und Jakobsmuschel mit Asia-Lachstatar und Teriyaki-Sauce

Zutaten für zwei Personen

Für die Frühlingsrolle:

2 Platten Frühlingsrollenteig
 2 ausgelöste Jakobsmuscheln
 1 Lachsfilet ohne Haut à 75 g
 1 Zanderfilet ohne Haut à 75 g
 6 junge Karotten mit Grün
 1 Zitrone
 6 Morcheln
 50 ml trockener Weißwein
 20 ml Cognac
 1 TL Zucker
 200 ml Sahne
 2 EL Butter
 1 Bund Basilikum
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Fritteuse auf 180 Grad vorheizen.

Die Fischfilets waschen, trockentupfen und in kleine Stücke schneiden. Den Zander salzen und im Mixer pürieren. 150 ml Sahne angießen und im Eisfach abkühlen lassen.

Die Morcheln waschen, putzen und in Cognac einlegen. Die Jakobsmuschel waschen, trockentupfen, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Die Muscheln dünn mit der Fischfarce bestreichen, ein Basilikumblatt umlegen und mit dünn aufgeschnittenem Lachs umwickeln. Den Frühlingsrollenteig auf einem Arbeitsbrett ausbreiten, die vorbereitete Jakobsmuschel daraufsetzen und den Teig verschließen.

Die Frühlingsrolle in der Fritteuse ca. 6 Minuten goldgelb ausbacken.

Die gesäuberten Morcheln mit der übrigen Farce füllen und in einer Pfanne mit aufgeschäumter Butter dünsten. Karotten schälen, etwas Grünansatz stehen lassen und mit Zucker, Salz und Pfeffer mit den Morcheln dünsten. Den Bratensatz der Morcheln mit Weißwein ablöschen, mit der übrigen Sahne auffüllen und reduzieren lassen.

Für die Teriyaki-Sauce:

100 ml Sojasauce
 2 kleine Zwiebeln
 6 Knoblauchzehen
 1 Knolle Ingwer à 2 cm
 160 g Zucker
 2 TL Erdnussöl

Die Zwiebeln abziehen und in kleine Würfel schneiden. Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Knoblauch, Zwiebeln und Ingwer einem Topf mit Erdnussöl anrösten. Sojasauce und Zucker hinzufügen und für 5 Minuten kräftig kochen lassen. Die Sauce durch ein Sieb passieren.

Für das Tatar:

1 Lachsfilet à 200 g
 1 EL geröstete Cashewkerne
 1 Romanasalatherz
 1 Frühlingszwiebel
 ½ Gurke
 1 Knoblauchzehe
 1 grüner Apfel
 1 Zitrone, davon der Saft
 1 TL geröstetes Sesamöl
 2 EL Sojasauce
 ¼ TL Zucker
 ½ Kästchen Kresse
 50 ml Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Cashewkerne und den abgezogenen Knoblauch mit etwas Olivenöl in einem Mörser zu einer cremigen Paste stoßen. Mit ½ EL Sojasauce und Pfeffer würzen.

Die Gurke schälen und mit dem Sparschäler dünne Scheiben abziehen. Den Apfel mit Schale auf einem V-Hobel fein hobeln. Gurken- und Apfelscheiben in dünne Stifte schneiden. Apfelstifte mit etwas Zitronensaft mischen.

Die Frühlingszwiebel putzen, die äußere Schale abziehen und in feine Ringe schneiden. Lachs waschen, trockentupfen und fein würfeln. Lachs und Frühlingszwiebeln mischen. Mit etwas Olivenöl, Sesamöl, übriger Sojasauce, Zitronensaft, Zucker und Salz würzen.

Romanasalat waschen, trockenschleudern und in feine Streifen schneiden.

Den Salat mit dem Lachstatar, Apfel und Gurke anrichten und mit der Knoblauchpaste beträufeln. Mit etwas Kresse bestreuen.

Die Frühlingsrolle von Lachs und Jakobsmuschel mit Asia-Lachstatar und Teriyaki-Sauce auf Tellern anrichten und servieren.



Alina Schulz

Zucchini-Cremesuppe mit Gorgonzola und selbstgebackenem Bacon-Brötchen

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe:
 2 Zucchini
 50 g cremiger Gorgonzola
 1 Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 250 ml Gemüsefond
 75 ml Sahne
 1 Prise Zucker
 1 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel und Knoblauch abziehen und grob würfeln. Zucchini waschen und in grobe Stücke schneiden. Öl in einem großen Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig andünsten. Zucchini hinzufügen und kurz mitdünsten. Fond angießen und aufkochen. Die Suppe etwa 8 Minuten köcheln lassen. Sahne halbsteif schlagen. Suppe mit einem Stabmixer pürieren. Die Hälfte der Sahne einrühren und mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Gorgonzola grob zerbröckeln.

Die Suppe mit übriger Sahne und Gorgonzola garnieren und mit Pfeffer würzen.

Für die Brötchen:
 150 g Mehl
 250 g Quark
 50 g Gorgonzola
 50 g Bacon
 4 EL Milch
 ½ EL Zucker
 ½ EL Backpulver
 3 EL Sonnenblumenöl
 ½ TL feines Salz

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Mehl, Quark, zerpflückten Gorgonzola und Bacon, Milch, Zucker, Backpulver, Öl und etwas Salz mit einem Handrührgerät mit Knethaken zu einem kompakten Teig kneten.

Aus dem Teig kleinere Kugeln formen und diese im vorgeheizten Ofen 25 Minuten goldgelb fertigbacken.

Für die Garnitur:
 50 g Bacon in Scheiben

Die Baconscheiben in einer Pfanne ohne Öl etwa 4 Minuten bei mittlerer Temperatur kross ausbacken.

Die Zucchini-Cremesuppe mit Gorgonzola und selbstgebackenem Bacon-Brötchen auf den Tellern anrichten und servieren.