

| Die Küchenschlacht – Menü am 08. Mai 2017 |
Leibgericht mit Johann Lafer



Isabel Kessler

Cataplana mit Fisch, Garnelen und Kartoffelspalten

Zutaten für zwei Personen

- | | |
|--|--|
| <p>Für die Cataplana:
 400 g Kabeljau-Loins
 100 g küchenfertige Party-Garnelen
 2 Fleischtomaten
 1 große weiße Zwiebel
 2 Zehen Knoblauch
 50 ml Weißwein
 2 EL Olivenöl
 ½ TL Chili-Würzsauce (Tabasco)
 1 Lorbeerblatt
 2 Zweige glatte Petersilie
 2 Zweige Koriander
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle</p> | <p>Den Fisch waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch abziehen, Zwiebel in Ringe schneiden und Knoblauch hacken. Tomaten schälen, den Strunk entfernen und in Würfel schneiden. Petersilie und Koriander abbrausen, trockenwedeln und grob hacken. Cataplana-Topf reichlich mit Olivenöl auspinseln und mit Zwiebelringen und etwas Knoblauch auslegen. Weißwein mit der Chili-Würzsauce vermengen. Garnelen auf einer Seite mit ein wenig Tabasco bestreichen. Abwechselnd Fisch und Tomaten im Cataplana-Topf schichten. Lorbeer, Petersilie, Koriander und den übrigen Knoblauch zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Garnelen oben auf legen. Olivenöl und das Wein-Tabasco-Gemisch an der Seite dazugeben. Den Topf abgedeckt ca. 15 Minuten auf der Herdplatte bei mittlerer Hitze schmoren lassen, während der Zubereitungszeit den Deckel nicht abnehmen.</p> |
| <p>Für die Kartoffelspalten:
 500 g mehligkochende Kartoffeln
 Butter, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle</p> | <p>Die Kartoffeln schälen, in Spalten schneiden, in einer großen Pfanne mit etwas aufgeschäumter Butter anbraten und mit Salz abschmecken.</p> |

Die Cataplana mit Fisch und Garnelen traditionellerweise im Topf servieren und auf einem separaten Teller die Kartoffelspalten anrichten.



Tobias Matura

Putenschnitzel in Panko-Panierung mit lauwarmem Stampf-Kraut und Karotten-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für die Schnitzel:

2 Putenschnitzel à 150 g
 1 EL Mehl
 2 Eier
 50 ml Milch
 4 EL Semmelbrösel
 4 EL Panko
 150 g Butter
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schnitzel waschen, trockentupfen und zwischen zwei Klarsichtfolien plattklopfen. Eier aufschlagen und mit Milch, Salz und Pfeffer verquirlen. Panko und Semmelbrösel miteinander vermengen. Fleisch zunächst in Mehl, dann in verquirltem Ei und anschließend in den Bröseln wenden. Eine Pfanne mit reichlich Butter erhitzen und das Fleisch darin etwa 2 Minuten je Seite goldbraun braten.

Für das Kraut:

2 große Kartoffeln
 350 g Sauerkraut (1 Dose)
 1 Scheibe geräucherter Speck (4mm)
 200 g Butter
 250 ml Vollmilch
 Zucker, zum Abschmecken
 neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen und zum Kochen bringen. Kartoffeln schälen, waschen und im kochenden Wasser gar kochen. Sauerkraut in einem Topf auf mittlerer Stufe, mit etwas Wasser, Zucker und Salz weichkochen lassen. Speck in kleine Würfel schneiden. Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen und den Speck darin anbraten. Gekochte Kartoffeln stampfen und mit Salz, Butter und Milch vermengen. Speck mit dem Sauerkraut vermengen und anschließend mit den Stampfkartoffeln vermischen.

Für den Salat:

2 große Karotten
 1 Zitrone, davon der Saft
 2 Zehen Knoblauch
 2 Zweige Koriander
 2 Zweige Petersilie
 1 TL gemahlene Kreuzkümmel
 1 TL Chili-Flocken
 1 TL Zucker
 3 EL Olivenöl

Die Karotten von den Enden befreien, schälen und mit einer Reibe reiben. Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Knoblauch abziehen und klein hacken. Koriander und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Alles in einer Schüssel miteinander vermengen. Mit Zitronensaft, Kreuzkümmel, Chili-Flocken, Zucker und Olivenöl abschmecken.

Putenschnitzel in Panko-Panierung mit lauwarmem Stampf-Kraut und Karotten-Salat auf Tellern anrichten und servieren.



Marie Grüner

Bulgarische Kebaptscheta – Hackfleischröllchen mit Joghurt-Dip, Fladenbrot und Šopska-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für die Kebaptscheta:
 300 g gemischtes Hackfleisch (Schwein und Kalb)
 1 mittelgroße weiße Zwiebel
 5 Zweige glatte Petersilie
 ½ TL Kreuzkümmel
 1 Msp. Bohnenkraut
 1 Msp. Piment
 1 Msp. Kümmel
 1 Msp. Paprikapulver
 1 Msp. Oregano
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel abziehen und mit einer Reibe reiben. Petersilie abrausen, trockenwedeln und klein hacken. Kümmel, Bohnenkraut, Piment, Paprika und Oregano in einer kleinen Schüssel vermengen. Hackfleisch, Zwiebel und Petersilie miteinander vermengen und mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und der Gewürzmischung abschmecken. Anschließend daraus ca. 10 cm große Würste formen und in einer Grillpfanne mit Olivenöl ca. 10 Minuten scharf anbraten.

Für den Salat:
 3 Fleischtomaten
 ½ Gurke
 1 kleine rote Zwiebel
 200 g Feta aus Kuhmilch
 Tafelessig, zum Abschmecken
 1 Zweig glatte Petersilie
 1 Prise Zucker
 Olivenöl, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Gurke schälen, Zwiebel abziehen, Tomate vom Strunk befreien und alles in Würfel schneiden. In einer Schüssel mit Olivenöl, Essig, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

Für den Dip:
 ½ Gurke
 250 g Griechischer Joghurt (3,8 %)
 1 Zitrone, zum Abschmecken
 4 Zweige Dill
 Olivenöl, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Feta mit einer Küchenreibe über den Salat reiben. Petersilie abrausen, trockenwedeln und klein hacken. Petersilie über den Salat streuen.

Die Gurke waschen und mit einer groben Reibe reiben. Den Gurkensaft ein wenig abtropfen lassen bzw. ausdrücken. Zitrone halbieren, pressen und den Saft auffangen. Dill abrausen, trockenwedeln und klein hacken. Joghurt, Gurke und Dill in einer Schüssel vermengen und mit Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Fladenbrot:
 250 g Mehl
 ½ TL Hefe
 50 ml Olivenöl
 Olivenöl, zum Ausbacken
 1 Prise Salz

Die Hefe, 200 g Mehl, Olivenöl und Salz in einer Schüssel vermengen und nach und nach 150 ml lauwarmes Wasser hinzufügen, bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Auf einer mehlbestreuten Fläche zu kleinen, dünnen, runden Fladen formen und in einer heißen Pfanne mit etwas Öl ausbacken.

Die Bulgarischen Kebaptscheta – Hackfleischröllchen mit Joghurt-Dip, Fladenbrot und Šopska-Salat auf Tellern anrichten und servieren.



Johann Oldenburger

Pelmeni – Tortellini russischer Art mit Essig-Zwiebel-Fond und Auberginen-Zwieback

Zutaten für zwei Personen

Für die Pelmeni:

150 g Hackfleisch vom Rind
 150 g Hackfleisch vom Schwein
 2 mittelgroße Zwiebeln
 1 Ei (Größe M)
 250 g Mehl
 3 EL Essigessenz (25 % Säure, Marke Steinhauer)
 2 Zweige krause Petersilie
 Meersalz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebeln abziehen. Eine Zwiebel in kleine Würfel schneiden und die andere im Ganzen belassen und ein Kreuz hineinschneiden. Die ganze Zwiebel in einen Topf mit 2 l Salzwasser geben und aufkochen lassen. Die Hälfte der gewürfelten Zwiebel mit dem Hackfleisch und 2 EL des Zwiebel-Fonds in einer Schüssel vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. 200 g Mehl, Ei, 30 ml Wasser und Salz in einer Schüssel zu einem Teig verkneten. Teig auf einer mehlbestreuten Fläche ca. 1,5 mm dünn ausrollen und ca. 4,5 cm große Kreise ausstechen (40-50 Stück). Mit einem Teelöffel das Hackfleischgemisch auf die Teiglinge geben und den Teig zu einem Halbmond zusammenklappen, fest zusammendrücken und die Enden zusammenziehen.

Die rohen Pelmeni in einen Topf mit kochendem Wasser geben, bis diese an der Wasseroberfläche schwimmen. Mit einer Schöpfkelle herausnehmen. Etwa 150 ml vom Zwiebelfond abschöpfen, in eine Schüssel geben, die restlichen Zwiebeln und Essigessenz hinzufügen und verrühren. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, grob hacken und in den Essig-Zwiebel-Fond geben.

Für das Auberginen-Zwieback:

4 Zwieback
 1 Romatome
 1 kleine Aubergine
 2 Zehen Knoblauch
 1 Zitrone, davon Saft
 1 Ei
 1 TL mittelscharfer Senf
 1 TL Zucker
 1 Zweig krause Petersilie
 150 ml Rapsöl
 neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
 Gemahlener weißer Pfeffer
 Meersalz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Ei, Senf, Salz, weißen Pfeffer und den Saft einer Viertel Zitrone vermengen und mit einem Stabmixer cremig schlagen. Nach und nach Rapsöl hinzugeben, bis alles cremig ist. Mayonnaise mit Salz, Zucker und schwarzem Pfeffer abschmecken. Knoblauch abziehen und halbieren. Zwieback mit dem Knoblauch einreiben. Auf dem Zwieback jeweils 1 TL Mayonnaise streichen. Aubergine waschen, von den Enden befreien und in ca. 6 mm dicke Scheiben schneiden. Tomate vom Strunk befreien und in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und grob abzupfen. Auberginenscheiben beidseitig salzen und in einer Pfanne mit heißem Öl anbraten, bis diese goldbraun angeröstet sind. Jeweils eine Auberginen- und eine Tomatenscheibe auf den Zwieback geben, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Petersilie garnieren.

Pelmeni – Tortellini russischer Art mit Petersilie garnieren mit Essig-Zwiebel-Fond und Auberginen-Zwieback auf Tellern anrichten und servieren.



Nadine Reise

Hühnerfrikassee mit Basmati und kleinem Salat

Zutaten für zwei Personen

Für das Hühnerfrikassee:

2 Hähnchenfilets à 200 g
 200 g Basmati-Reis
 150 g weißer Spargel
 150 g grüner Spargel
 100 g Mini-Champignons
 50 g Zuckerschoten
 1 mittlere rote Zwiebel
 250 ml Sahne
 2 EL Butter
 4 EL Butterschmalz
 250 ml Weißwein
 500 ml Geflügelfond
 Worcester-Sauce, zum Würzen
 2 Zweige glatte Petersilie
 2 EL Mehl
 1 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

In einem Topf mit Salzwasser Reis gar kochen.

Fleisch waschen, trocken tupfen und klein schneiden. In einer Pfanne mit Butterschmalz scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Weißen und grünen Spargel waschen. Weißen Spargel schälen, die holzigen Enden abschneiden und zusammen mit dem grünen Spargel klein schneiden. Einen Topf mit 250 ml Fond aufkochen, weißen Spargel hinzugeben und kurz vorkochen. Champignons putzen, von den Enden befreien und vierteln. Zuckerschoten waschen und halbieren. Zwiebel abziehen und klein hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Grünen Spargel mit dem Gemüse in einen Topf mit Butterschmalz anschwitzen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, und mit dem restlichen Fond und mit 100 ml Weißwein ablöschen. Butter in einem Topf erhitzen, Mehl, Muskat und Salz dazugeben und mit kaltem Fond, Sahne und mit dem restlichen Weißwein ablöschen und zu einer Sauce anrühren. Erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gebratenes Gemüse, weißen Spargel, Petersilie und Fleisch hinzugeben und ziehen lassen. Mit Worcester-Sauce abschmecken.

Für den Salat:

gemixter bunter Salat (wie
 Feldsalat, junger Spinat,
 Radieschenblätter oder ähnlich)
 6 Cocktailtomaten
 1 kleine Gurke
 6 Radieschen
 1 kleine rote Zwiebel
 50 g Walnusskerne mit Haut

Den Salat waschen und trockenschleudern. Tomaten vom Strunk befreien und halbieren. Gurke und Radieschen von den Enden befreien und in Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und klein hacken. Die Walnusskerne grob zerhacken. In einer Schüssel anrichten und mit Walnusskernen bestreuen.

Für das Dressing:

50 ml Sahne
 150 ml Dickmilch
 1 glatte Petersilie
 5 Halme Schnittlauch
 Zucker, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Petersilie und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Dickmilch, Sahne und Kräuter in einer Schüssel vermengen und mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Dressing über den Salat geben.

Das Hühnerfrikassee mit Basmati und kleinem Salat auf Tellern anrichten, mit Petersilie garnieren und servieren.



Harald Neu

Risotto bianco mit Entenbrust und Sauerkirschen

Zutaten für zwei Personen

- Für das Risotto:** Die Zwiebel abziehen und klein hacken. Karotte schälen, den Stangensellerie putzen und in Würfel schneiden. Parmesan reiben. Olivenöl in einem Topf erhitzen und die gehackte Zwiebel zusammen mit dem gewürfelten Gemüse anschwitzen. Risotto-Reis dazugeben und unter ständigem Rühren mitbraten, bis der Reis glasig ist. Mit Geflügelfond ablöschen und 15 Minuten, unter gelegentlichem Umrühren, garen lassen. Reis 5 Minuten vor Ende der Garzeit mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zuletzt den Topf vom Herd nehmen, kalte Butter und den geriebenen Parmesan hinzugeben und zugedeckt zergehen lassen. Danach das Risotto cremig rühren.
- 150 g Carnaroli Risotto-Reis
 - 1 Karotte
 - 1 Stangensellerie
 - 1 Zwiebel
 - 100 g kalte Butter
 - 100 g Parmesan
 - 500 ml Geflügelfond
 - 50 ml Olivenöl
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Entenbrust:** Den Ofen auf 140 Grad Umluft vorheizen. Entenbrust waschen und trocken tupfen. Die Hautseite der Entenbrust mit einem scharfen Messer mehrmals schräg einschneiden. Auf der Fleischseite gleichmäßig mit Salz und Pfeffer würzen. Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen. Knoblauch abziehen und klein hacken. Ingwer schälen und in Streifen schneiden. Entenbrust mit der Hautseite in eine erhitzte Pfanne ohne Fett legen und anbraten. Nach 8 Minuten wenden. Knoblauch, eine Scheibe Ingwer und Vanillemark hinzugeben und weitere 5 Minuten anbraten. Anschließend die Entenbrust im Ofen garziehen lassen. Die Pfanne für die Sauce aufbewahren.
- 2 Entenbrüste à 160 g
 - 1 Zehe Knoblauch
 - 1 Ingwerknolle, davon 1 Scheibe
 - 1 Schote Vanille
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Sauerkirschen:** Das Fett der Entenbrust aus der Pfanne abgießen. Zur Pfanne mit dem restlichen Bratensatz Essig und Honig geben und aufkochen lassen. Sauerkirschen hinzufügen und bei geringster Hitze erwärmen. Speisestärke mit etwas Wasser verrühren und gegebenenfalls die Sauce damit andicken.
- 150 g aufgetaute TK-Sauerkirschen
 - 50 ml Sherry-Essig
 - 50 ml flüssiger Honig
 - 1 TL Speisestärke

Das Risotto bianco mit Entenbrust und Sauerkirschen auf Tellern anrichten und servieren.