

| Die Küchenschlacht – Menü am 15. Mai 2017 |
CW-Tagesmotto: "Kulinarische Reiseerinnerungen" mit Nelson Müller



Dominik Herden

Surf and Turf 3.0 – Tatar-Variation auf Rote-Bete-Carpaccio mit Blattsalaten

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinder-Tatar:

- 1 Rinderfilet à 150 g
- 2 Sardellen in Öl
- 1 TL Kapern
- ½ Schalotte
- ¼ TL grober Senf
- ¼ TL Ketchup
- 10 ml Cognac
- 3 Zweige glatte Petersilie
- 20 ml Olivenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schalotte abziehen und fein würfeln. Petersilie abbrausen, trocken wedeln und kleinhacken. Das Rinderfilet waschen, trockentupfen und fein würfeln. Das gehackte Fleisch mit Kapern, Sardellen, Schalotte, Petersilie, Senf, Ketchup, Cognac und Olivenöl vermengen. Kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Garnelen-Tatar:

- 4 küchenfertige Riesengarnelen
- ½ Schalotte
- 1 Limette, davon 1 TL Saft und Abrieb
- 1 TL Crème fraîche
- 3 Zweige Dill
- 20 ml Olivenöl

Die Riesengarnelen in einer Pfanne mit wenig Pflanzenöl etwa 3 Minuten beidseitig kräftig anbraten. Die Schalotte abziehen, halbieren und fein würfeln. Dill abbrausen, trocken wedeln und kleinhacken. Limette auspressen und die Schale abreiben. Die Garnelen aus der Pfanne nehmen und im Kühlschrank kurz abkühlen lassen. Die Garnelen fein würfeln und mit der Schalotte, Dill, Saft und Abrieb der Limette, Crème fraîche und Olivenöl vermengen.

Für das Carpaccio:

- 2 Knollen vorgegarte Rote Bete
- 1 Schalotte
- 200 ml Weißweinessig
- 100 ml Apfelsaft
- 1 EL Dijonsenf
- 1 EL flüssiger Honig
- 1 EL Crema di balsamico
- 100 ml Rapsöl
- ¼ TL grobes Meersalz
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Rote Bete auf einem V-Hobel in hauchdünne Scheiben hobeln. Weißweinessig, Apfelsaft, Dijonsenf, Honig, Meersalz und Pfeffer in eine Schüssel geben und das Rapsöl langsam unter Rühren einlaufen lassen. Die Schalotte abziehen, fein würfeln und in einer Pfanne mit der Crema die balsamico anschwitzen. Die glasierte Schalotte mit der Öl-Creme verrühren und kalt stellen.

Für das Salatbouquet: Die Zitrone halbieren und auspressen. Den Saft mit Olivenöl vermengen und mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

100 g Pflücksalat
100 g Wildkräuter
25 g essbare Blüten
1 Zitrone, davon den Saft
1 Prise Zucker
50 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Salat waschen, verlesen und trockenschleudern. Die Salate grob zerpfücken, marinieren und mit den Blüten anrichten.

Das Surf and Turf 3.0 – Tatar-Variation auf Rote-Bete-Carpaccio mit Blattsalaten auf Tellern anrichten und servieren.



Michael Michaelis

Steinbuttfilet mit Beurre blanc, Spinat und Kartoffel-Kapern-Ragout

Zutaten für zwei Personen

Für die Beurre blanc:

100 g kalte Butter
3 Schalotten
1 Knoblauchzehen
100 ml Geflügelfond
100 ml Fischfond
50 ml trockener Wermut
100 ml trockener Weißwein
1 EL Weißweinessig
3 Zweige Thymian
1 Lorbeerblatt
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Etwas Olivenöl in einem Topf erhitzen und Schalotten mit Knoblauch darin glasig anschwitzen.

Mit Wermut, Weißwein und Essig ablöschen. Lorbeer und Thymian dazugeben und auf die Hälfte reduzieren lassen. Geflügel- und Fischfond angießen und erneut reduzieren. Mit kalten Butterwürfeln die Sauce aufmontieren und durch ein Sieb passieren.

Mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken.

Für die Kartoffeln:

400 g La-Ratte-Kartoffeln

Die Kartoffeln in einem Topf mit kräftig kochendem Salzwasser etwa 17 Minuten gar kochen. Die Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und pellen.

Für den Fisch:

2 Steinbuttfilet ohne Haut à 200 g
1 Knoblauchzehe
1 TL Butter
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
Olivenöl, zum Anbraten

Die Fischfilets waschen, trockentupfen und in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Den Fisch in der heißen Pfanne etwa 2 Minuten beidseitig anbraten. Knoblauch abziehen und fein hacken. Butter dazugeben, aufschäumen lassen und Knoblauch, Thymian und Rosmarin zugeben. Den Fisch mit der Aroma-Butter glasieren.

Für den Spinat:

250 g Spinat
2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
1 TL Butter
1 Muskatnuss, zum Reiben
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Spinat waschen, verlesen und trockenschleudern. Schalotten und Knoblauch abziehen, fein hacken, in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen und Butter dazugeben. Den Spinat dazugeben und durchschwenken bis er zusammengefallen ist. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnitur:

2 EL Salina-Kapern
75 ml neutrales Pflanzenöl

Die Kapern in einem Topf mit heißem Öl 2 Minuten frittieren.

Den Steinbuttfilet mit Beurre blanc, Spinat und Kartoffel-Kapern-Ragout auf Tellern anrichten und servieren.



Josef Weber

Provenzalische Hähnchenschnitzel mit Kräuter-der-Provence-Mayonnaise und Ofenkartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für die Ofenkartoffel:

6 festkochende Kartoffeln
4 Knoblauchzehen
2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian
2 Zweige Bohnenkraut
2 Zweige Oregano
50 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und der Länge nach halbieren. Thymian, Rosmarin, Bohnenkraut und Oregano abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Knoblauch abziehen und fein hacken. Knoblauch und Kräuter mit dem Olivenöl vermischen. Die Kartoffelhälften darin wenden, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und kräftig salzen und pfeffern. Im vorgeheizten Ofen etwa 16 Minuten leicht golden backen.

Für die Hähnchenbrust:

2 Hähnchenbrüste à 180 g
3 rote Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
1 Zitrone, davon 3 EL Saft
5 Eier
50 g geriebenen Parmesan
50 g Semmelbrösel
4 EL Mehl
80 g Butter
2 EL Butterschmalz
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. In einem Topf Butter aufschäumen, Zwiebel und Knoblauch darin andünsten, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Hitze reduzieren und das Gemisch mit 3 Eigelb abbinden.

Die Hähnchenbrüste waschen, trockentupfen und kräftig salzen und pfeffern. Das Fleisch mit etwas Mehl bestäuben, auf einer Seite mit der Zwiebelmasse bestreichen,

Aus dem verquirltem Ei und Semmelbröseln mit gehobelem Parmesan eine Panierstraße bereitstellen. Die Hähnchenbrust im Ei und in den Bröseln panieren und in einer Pfanne mit reichlich Butterschmalz etwa 4 Minuten je Seite goldgelb ausbacken.

Für die Mayonnaise:

100 ml Sonnenblumenöl
1 TL Dijonsenf
1 Ei
2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian
2 Zweige Bohnenkraut
2 Zweige Oregano
2 Zweige Basilikum
100 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ein Ei mit den Stabmixer in einem hohen Becher schaumig rühren und salzen. Sonnenblumenöl und Olivenöl mit Senf vermischen. Das Senf-Öl unter Rühren in den Becher fließen lassen, sodass ich eine cremige Mayo-Konsistenz ergibt. Rosmarin, Thymian, Bohnenkraut, Oregano und Basilikum abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Die Mayo mit den gehackten Kräutern vermengen, mit Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das provenzalische Hähnchenschnitzel mit Kräuter-der-Provence-Mayo und Ofenkartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.



Björn Wendt

Coq au vin mit glasiertem Wurzelgemüse und Rosmarinkartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für den Coq:

6 Hähnchenkeulen à 80 g
1 Scheibe magerer Speck
10 braune Champignons
100 g Schalotten
2 Knoblauchzehen
400 ml Hühnerfond
400 ml trockener Rotwein
2 TL Tomatenmark
1 ½ EL Kokosmehl
1 TL Stärke
2 Zweige Thymian
3 EL Butterschmalz, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Hähnchenkeulen waschen, trockentupfen, pfeffern und salzen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Schenkel und Knoblauch in eine Auflaufform geben. Thymian abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Thymian zu den Hähnchenkeulen geben und für 10 Minuten in den Ofen geben.

Champignons putzen und vierteln. Speck klein würfeln. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen, Champignons, Speck, und Tomatenmark darin anrösten. Kokosmehl hinzugeben. Mit Rotwein und Fond ablöschen. Die Pilze mit dem Sud zu den Hähnchenkeulen geben und 15 Minuten im Ofen garen lassen.

Für das Wurzelgemüse:

200 g Pastinaken
½ Knolle Sellerie
100 ml Birnensaft
100 ml Gemüsefond
3 EL Ahornsirup
1 EL Kräuter der Provence
1 Lorbeerblatt
1 TL gerebelter Majoran
½ Bund glatte Petersilie
2 EL Butterschmalz, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Pastinaken und Sellerie schälen und klein würfeln. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen, Pastinaken und Sellerie 5 Minuten anbraten. Ahornsirup dazugeben und das Gemüse leicht karamellisieren. Mit Birnensaft und Gemüsefond ablöschen. Lorbeer, Kräuter der Provence und Majoran zum Gemüse geben und ca. 6 Minuten dünsten.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Petersilie zum Wurzelgemüse geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Lorbeerblatt aus dem Sud entfernen.

Für die Kartoffeln:

6 Drillinge
2 Zweige Rosmarin
3 EL Olivenöl
1 TL grobes Meersalz

Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und Nadeln abzupfen. Kartoffeln waschen, putzen und vierteln. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, mit Meersalz würzen, mit Olivenöl beträufeln und mit Rosmarin bestreut ca. 20 Minuten garen.

Den Coq au vin mit glasiertem Wurzelgemüse und Rosmarin-Kartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.



Dolores Gächter-Ritter

Bouillabaisse mit Rouille und geröstetem Baguette

Zutaten für zwei Personen

Für die Bouillabaisse:

- 1 Rotbarschfilet ohne Haut à 50 g
- 1 Seezungenfilet ohne Haut à 50 g
- 1 Lachsfilet ohne Haut à 50 g
- 1 Zanderfilet ohne Haut à 50 g
- 2 Riesengarnelen mit Schwanz
- 3 TK-Teppichmuscheln
- 3 TK-Miesmuscheln
- 1 festkochende Kartoffel
- ½ Knolle Fenchel
- 2 Tomaten
- 2 Karotten
- 1 Stange Lauch
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Zwiebeln
- 1 Zitrone, davon 1 EL Abrieb
- 300 ml Fischfond
- 100 ml trockener Weißwein
- 50 ml Anislikör
- ½ TL Cayennepfeffer
- ½ TL Fenchelsamen
- 1 Lorbeerblatt
- 2 EL Erbsensprossen
- 1 Zweig Thymian
- 1 Zweig Dill
- 1 TL Safranfäden
- ¼ Bund glatte Petersilie
- Olivenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebeln und Knoblauch abziehen, klein hacken und in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen. Tomaten schälen, entkernen, würfeln und dazugeben. Die Muscheln in einem Topf mit kräftig sprudelndem Wasser etwa 1 Minute auftauen und abseihen. Die Garnelen mit den Muscheln in einem großen Topf etwa 2 Minuten mit Olivenöl anschwitzen. Muscheln und Garnelen aus dem Topf nehmen und den Ansatz mit Anislikör und Weißwein ablöschen, reduzieren und Fischfond angießen. Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Lorbeerblatt, Petersilie, Fenchelsamen, Thymian und Erbsensprossen aufkochen lassen. Nach 10 Minuten durch ein Sieb abgießen und gut ausdrücken.

Die Kartoffeln schälen und in feine Scheiben schneiden. Karotten schälen, von den Enden befreien und grob hacken. Fenchel und Lauch putzen, von der äußeren Schale befreien und in feine Joulennestreifen schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Fischfilets waschen, trockentupfen und grob würfeln. Den Fisch mit den angerösteten Garnelen und Muscheln zum Schluss einlegen und nochmal leicht erhitzen.

Die Safranfäden und Zitronenschale dazugeben. Dill abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und dazugeben.

Für die Rouille:

- 1 Kartoffel
- 3 Knoblauchzehen
- 1 rote Paprika
- 1 Ei
- 20 ml Gemüsefond
- ½ TL Cayennepfeffer
- 2 Safranfäden
- 4 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffel schälen und in einem Topf mit kräftig kochendem Salzwasser etwa 14 Minuten gar kochen. Knoblauch abziehen und fein hacken.

Paprika halbieren, das Kerngehäuse herausschneiden, schälen und grob würfeln. Paprika mit Knoblauch und Cayennepfeffer cremig pürieren.

Das Ei trennen. Das Eigelb mit Fond und Olivenöl mit dem Stabmixer zu einer festen Creme aufmischen. Die Kartoffeln abgießen, kurz ausdampfen lassen und zur Mayo geben. Das Paprika-Knoblauch-Püree unterheben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Safranfäden im Mörser stoßen und die Rouille damit abschmecken.

Für das geröstete Brot: Das Baguette in etwa 1 ½ cm dicke Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit neutralem Öl knusprig goldgelb von beiden Seiten rösten. Mit etwas Olivenöl und Salz garnieren.

¼ Baguette
2 EL neutrales Pflanzenöl
2 EL Olivenöl
grobes Meersalz, zum Garnieren

Die Bouillabaisse mit Rouille und geröstetem Baguette auf Tellern anrichten und servieren.



Felix Schütte

Gegrillte Lammkoteletts mit Gremolata, Ratatouille und Kartoffelspalten

Zutaten für zwei Personen

Für die Koteletts:

- 4 Lammkotelets à 100 g
- 2 Knoblauchzehen
- 3 Zweige Rosmarin
- 3 Zweige Thymian
- 3 Zweige Oregano
- 2 EL Olivenöl, zum Bepinseln
- 2 EL grobes Meersalz

Rosmarin, Thymian und Oregano abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Die Kräuter in einem Mörser mit dem Meersalz grob stoßen. Die Lammkoteletts mit Olivenöl bestreichen und in der Gewürzmischung wenden.

Das marinierte Fleisch in einer Grillpfanne von beiden Seiten ca. 2 Minuten mit angedrücktem Knoblauch scharf anbraten.

Für die Kartoffelspalten:

- 300 g Drillinge
- 3 Zweige Rosmarin
- 3 Zweige Thymian
- 3 Zweige Oregano
- Olivenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln in Spalten schneiden und in einem Topf mit sprudelndem Salzwasser 10 Minuten kochen. Kartoffeln abgießen und halbieren. Mit der Schnittfläche nach unten in eine Pfanne mit reichlich Öl geben. Die Rosmarin, Thymian und Oregano abbrausen, trockenwedeln und zum Öl geben. Die Kartoffeln salzen, pfeffern und für 5 Minuten anrösten.

Für das Ratatouille:

- 1 grüne Zucchini
- 1 gelbe Zucchini
- 1 lila-weiße Aubergine
- 1 Aubergine
- 3 Tomaten
- 3 Kartoffeln
- 3 Zwiebeln
- 2 Schalotten
- 400 g passierte Tomaten
- 75 g Parmesan
- 3 Zweige Rosmarin
- 3 Zweige Thymian
- 3 Zweige Oregano
- 3 Zweige Basilikum
- Olivenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Zucchini, Auberginen und Kartoffeln waschen. Die Zwiebeln abziehen und mit den anderen Gemüsesorten auf einem V-Hobel in hauchdünne Scheiben hobeln. Die Tomaten mit dem Messer dünn aufschneiden.

Die Gemüsescheiben in einer Pfanne mit Olivenöl kurz anbraten und abwechselnd in einer kleinen Auflaufform fächerförmig schichten.

Schalotte abziehen und kleinschneiden. In einem kleinen Topf mit Olivenöl die Schalotten anschwitzen. Passierte Tomaten dazugeben. Rosmarin, Thymian, Oregano und Basilikum abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Mit reichlich Kräutern, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Sauce über das geschichtete Gemüse in die Auflaufform gegeben und für 15 Minuten im vorgeheizten Ofen backen.

Den Parmesan auf einer Vierkantreibe hobeln, über das Gemüse geben und mit diesem für weitere 5 Minuten gratinieren.

Für die Gremolata: Von der Zitrone und der Orange einige Zesten reißen. Knoblauch abziehen und grob schneiden. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Die Zesten, Knoblauch und Petersilie in einer Moulinette zu einer feinen Creme verarbeiten.

- 1 Bund glatte Petersilie
- 4 Knoblauchzehen
- 1 Zitrone
- 1 Orange

Die gegrillten Lammkoteletts mit Gremolata, Ratatouille und Kartoffelspalten auf Tellern anrichten und servieren.