

| Die Küchenschlacht – Menü am 31.Mai 2017 |
Tagesmotto: "Gegensätze ziehen sich an" mit Alfons Schuhbeck



Lisa Kechel

Sommer und Winter: Garnelen-Glasnudel-Rolle mit scharfem Johannisbeer-Dip und Schweinefilet-Sauerkraut-Rolle mit Preiselbeer-Dip

Zutaten für zwei Personen

Für den Johannisbeer-Dip: Schalotte abziehen und in kleine Würfel schneiden. Chili der Länge nach aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und in feine Streifen schneiden. Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und Schalottenwürfel glasig andünsten. Chilistreifen hinzugeben und mit 3 EL Wasser ca. 5 Minuten bei mittlerer Hitze einkochen lassen.
 100 g rote Johannisbeeren
 1 Schalotte
 1 rote Schote Chili
 1,5 cm Ingwer
 ½ TL Akazienhonig
 3 EL Sojasoße
 1 EL Johannisbeerlikör
 Sesamöl, zum Braten
 Ingwer schälen und grob schneiden. Mit Johannisbeerlikör, Ingwer und Honig vermengen und zur Sauce geben. Sauce aufkochen lassen und in ein hohes Gefäß geben. Mit dem Pürierstab zu einem glatten Sud mixen. Mit Sojasoße abschmecken.

Für den Preiselbeer-Dip: Die Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Preiselbeeren, 2 EL Zitronensaft und Meerrettich mit einer vermengen und mit Pfeffer abschmecken. Dip durch ein Sieb passieren und mit Sojasauce und Ahornsirup abschmecken.
 100 g Preiselbeeren
 1 Zitrone (Saft)
 2 EL Meerrettich
 1 EL Sojasauce
 3 EL Ahornsirup
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Sommerrolle: Reispapier in Wasser einweichen. Sesamöl in er Pfanne erhitzen und Glasnudeln goldbraun angaren. Garnelen waschen, trockentupfen und Kopf und Darm entfernen. Garnelen in mundgerechte Stücke schneiden und mit den Glasnudeln in der Pfanne vermengen. Beides für ca. 2 Minuten in der Pfanne schwenken. Koriander abrausen, trockenwedeln und grob hacken. Karotte schälen und in Julienne schneiden. Koriander und Karotte mit Sesamöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Reispapier auf einer feuchten Arbeitsfläche legen. Reispapier mit einem Pinsel mit etwas Wasser bestreichen und Glasnudeln mit Garnelen mit einem Esslöffel darauf portionieren. Karotten und Koriander längs dazu portieren und alles mit dem Reispapier einwickeln. Die Enden bei der Hälfte einschlagen und die Rolle fertig einwickeln.
 4 Lagen Reispapier
 5 Riesengarnelen
 100 g Glasnudeln
 1 Karotte
 ½ Bund Koriander
 Sesamöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Winterrolle: Reispapier in Wasser einweichen. Schweinefilet waschen und trockentupfen. Das Fleisch in 1 cm große Tranchen schneiden. Sauerkraut in einem Topf mit etwas Wasser für ca. 15 Minuten garen. Eine Pfanne mit Öl erhitzen und die Fleischstreifen darin kurz scharf anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen. Speck in Würfel schneiden und in der Fleischpfanne kross anbraten. Speck mit Sauerkraut vermengen und mit Kümmel, Salz und Pfeffer abschmecken. Schweinefilet mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4 Lagen Reispapier
1 Schweinefilet à 100 g
3 Scheiben Speck
100 g Sauerkraut
1 TL Kümmel
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Reispapier auf einer feuchten Arbeitsfläche legen. Sauerkrautmasse mit einem Esslöffel auf dem Reispapier portionieren. Filetstreifen auflegen und mit dem Reispapier einwickeln. Die Enden bei der Hälfte einschlagen und die Rolle fertig einwickeln.

Die Garnelen-Glasnudel-Rolle mit scharfem Johannesbeer-Dip und Schweinefilet-Sauerkraut-Rolle mit Preiselbeer-Dip auf Tellern anrichten und servieren.



Ulrich Niebuhr

Rheinland trifft Asien: Wan Tan mit Himmel und Ääd-Füllung, Flönz im Kokosmantel und Asia-Gemüse mit Zuckerrüben-Teriyaki-Dip

Zutaten für zwei Personen

- Für die Wan-Tans:** Die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Salzwasser in einem Topf erhitzen und Kartoffelwürfel garen.
- 6 Blätter Wan-Tan-Teig
 - 2 Scheiben Speck
 - 2 mehlig kochende Kartoffeln
 - 2 Boskop Äpfel
 - 2 Eier
 - 50 g kandierten Ingwer
 - 1 Msp. Zimt
 - 1 TL edelsüßes Paprikapulver
 - 1 TL Cayennepfeffer
 - 1 TL Kümmel
 - Butter, zum Braten
 - Neutrales Pflanzenöl, zum Braten
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Äpfel schälen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien und in kleine Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und Apfelwürfel andünsten. Ingwer kleinhacken und zu den Äpfeln dazugeben. Mit Zimt würzen. Abkühlen lassen.
- Kartoffeln in eine Kartoffelpresse geben und durchdrücken. Ei aufschlagen und Eiweiß vom Eigelb trennen. Eigelb mit der Kartoffelmasse vermengen. Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Cayennepfeffer und Kümmel in einen Mörser geben und mahlen. Die Kartoffelmasse mit der Gewürzmischung abschmecken. Speck in kleine Würfel schneiden und in einer heißen Pfanne mit etwas Öl anbraten. Speck unter die Kartoffelmasse geben.
- Den Teig auslegen, ausrollen und jeweils ½ TL Kartoffelmasse und Apfelfüllung auf die Quadrate platzieren. Ein Ei aufschlagen und Eiweiß von Eigelb trennen. Eigelb mit etwas Wasser verquirlen und damit die Teigländer bestreichen. Die Ecken nach oben nehmen und wie zu einem Spitzdach zusammendrücken. Wasser in einem Topf erhitzen und Wan-Tan-Taschen in einem Dämpfkorb über dem siedenden Wasser 10 Minuten dämpfen. Für 3 Minuten noch einmal in das siedende Wasser geben und fertig garen.
- Für das Asia-Gemüse:** Den Chinakohl waschen, trockenschleudern und in Streifen schneiden. Paprika waschen und trockentupfen. Karotte schälen. Paprika halbieren und Scheidewände und Kerne befreien. Beides in Julienne schneiden. Frühlingszwiebeln von den Enden und äußeren Schalen befreien und in rautenförmige Ringe schneiden. Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und Chinakohl, Karotte, Paprika und Frühlingszwiebeln darin ansautieren. Mit Reiswein und Sojasauce ablöschen. Koriander abrausen, trockenwedeln, kleinhacken und unter das Gemüse geben.
- Für die Flönz im Kokosmantel:** Die Blutwurst in Scheiben schneiden und in Mehl wenden. Ei aufschlagen und verquirlen. Blutwurst in Ei wenden und mit Kokosraspeln panieren. Öl und Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Blutwurst darin kross anbraten.
- 250 g Blutwurst
 - 50 g Mehl
 - 1 Ei
 - 150 g Kokosraspeln
 - Butterschmalz, zum Anbraten
 - Neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten

Für die Teriyaki-Sauce: Die Limette halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Knoblauch abziehen und kleinhacken. Sojasauce, Mirin, Sake und Zucker und Salz in einem kleinen Topf aufkochen. Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen, Knoblauch darin anrösten und zur Saucenbasis geben. Die Teriyaki-Sauce mixen und abkühlen lassen. Mit 1 EL Limettensaft abschmecken und nochmal mixen.

- 1 Limette (Saft)
- 1 Zehe Knoblauch
- 40 ml Sojasauce
- 3 EL Sake Reiswein
- 3 EL Mirin Reiswein
- 1 EL Zucker

Sesamöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle

Für den Zuckerrüben-Teriyaki-Dip: Der Zuckerrübensirup mit Sojasauce und Teriyaki-Sauce vermengen. Mit Sambal Manis abschmecken.

- 3 EL Zuckerrübensirup
- 3 EL Teriyaki-Sauce (siehe oben)
- 3 EL Sojasauce
- 1 Msp. Sambal Manis

Die Wan Tan mit Himmel- und Ääd-Füllung, Flönz im Kokosmantel und Asia-Gemüse mit Teriyaki-Dip auf Tellern anrichten und servieren.



Marion Bingger

Scharfe Hähnchenbrust mit Grapefruit-Risotto

Zutaten für zwei Personen

- Für das Risotto:** Die Grapefruit schälen, enthäuten und filetieren, dabei den Saft auffangen. Die Mango schälen, halbieren, vom Kern befreien und eine Hälfte in kleine Würfel schneiden. Schalotte abziehen, halbieren und eine Hälfte würfeln. Einen Topf mit Olivenöl erhitzen, Schalottenwürfel dazu geben und kurz dünsten, dann mit 75 ml Hühnerfond aufgießen und zum Kochen bringen. Reis zugeben und einige Sekunden vollsaugen lassen. Grapefruitsaft und die Mangostücke dazu geben, umrühren und langsam mit dem restlichen Hühnerfond aufgießen. Grapefruitsaft hinzugeben. Unter stetigem Rühren weiter köcheln lassen bis das Risotto leicht cremig und der Reis noch bissfest ist. Grapefruitfilets dazu geben. Parmesan reiben und unter das Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 150 g Risotto-Reis
1 rote Grapefruit
1 Mango
1 Schalotte
50 g Parmesan
540 ml Hühnerfond
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Hähnchenbrust:** Das Fleisch waschen, trockentupfen und mit Chili-Flocken bestreuen. Eine Pfanne mit Butter erhitzen, bis sie eine nussbraune Farbe angenommen hat. Hähnchenbrüste von beiden Seiten etwa 2 Minuten pro Seite anbraten. Chilischoten am Stück mit in die Pfanne legen und langsam mitbräunen lassen. Den Herd ausmachen, die Pfanne stehen lassen und die Hähnchenbrüste ruhen lassen, bis das Risotto fertig ist. Vor dem Servieren die Hähnchenbrüste in Scheiben aufschneiden.
- 2 Hähnchenbrüste à 200 g
2 rote Schoten Chili
25 g Butter
Chili-Flocken, zum Würzen
- Für die Garnitur:**
2 Schoten Chili
- Die scharfe Hähnchenbrust mit Grapefruit-Risotto mit je einer Chilischote auf Tellern anrichten, mit etwas brauner Chilibutter garnieren und servieren.



Gerda Bernhardt

Wasabi-Erdnuss-Hähnchen mit Balsamico-Erdbeeren und Ziegenkäse-Creme

Zutaten für zwei Personen

Für die Balsamico-Erdbeeren: Die Erdbeeren waschen, von Strüngen befreien, halbieren und mit dem grünen Pfeffer mischen. Etwas Balsamico darüber träufeln.

200 g Erdbeeren
3 EL eingelegter grüner Pfeffer
2 EL dunkler Aceto Balsamico

Für das Hähnchen: Den Ofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

2 Hähnchenbrüste à 200 g Wasabi mit etwas Wasser zu einer Paste anrühren. Mit Semmelbrösel und Erdnüssen vermengen. Die Hähnchenbrüste waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Ei aufschlagen und verquirlen. Das Fleisch in das Ei legen und mit der Wasabi-Erdnuss-Mischung panieren. Öl in einer Pfanne erhitzen und goldbraun braten. Im vorgeheizten Ofen 5 Minuten garen.

50 g gesalzene Erdnüsse
1 Ei
25 g Semmelbrösel
1 TL Wasabi-Pulver
Pflanzenöl, zum Braten

Für die Ziegenkäse-Creme: Die Minze abbrausen, trockenwedeln und einige Blätter für die Garnitur beiseitelegen. Die übrigen Blätter fein hacken. Sahne steif schlagen und mit gehackter Minze, Ziegenfrischkäse und Zucker in einer Schüssel vermengen. Die Creme für etwa 30 Minuten im Tiefkühlfach anfrieren lassen. Vor dem Servieren mit einem Esslöffel Nocken aus der angefrorenen Creme abstechen.

150 g Ziegenfrischkäse
200 g Sahne
½ Bund Minze
50 g Zucker

Das Wasabi-Erdnuss-Hähnchen mit Balsamico-Erdbeeren und Ziegenkäse-Creme auf Tellern anrichten, mit dem restlichen Balsamico beträufeln und mit Minzblättern garniert servieren.