

**| Die Küchenschlacht – Menü am 20. September 2017 |**  
**Tagesmotto "Kulinarische Kindheitserinnerungen" mit Alfons Schuhbeck**



**Kathrin Pörtl**

**Blunzenradln im Cornflakes-Mantel mit Apfelkren und Kartoffelschmarrn**

**Zutaten für zwei Personen**

- Für die Blunzenradln im Cornflakes-Mantel :**
- 500 g Blutwurst
  - 200 g Cornflakes
  - 4 cm Meerrettichwurzel
  - 2 Eier
  - 200 g Mehl
  - Salz, aus der Mühle
  - Butterschmalz, zum Ausbacken
- Den Meerrettich schälen und mit einer Küchenreibe reiben. Die Blutwurst schälen, in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden und leicht anfeuchten. Im geriebenen Meerrettich wälzen und andrücken. Für die Panierung die Cornflakes in einen Gefrierbeutel geben und mit einem Plattireisen grob zerbröseln. Die zerbröselten Cornflakes in eine Schüssel geben. Die Eier verquirlen und salzen. Die Blutwurstscheiben zuerst im Mehl wenden, danach durch die verquirlten Eier ziehen und zum Schluss in den Cornflakes wälzen. Ausreichend Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die panierten Blutwurstscheiben beidseitig goldbraun ausbacken. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.
- Für den Kartoffelschmarrn:**
- 250 g mittelgroße Kartoffeln, mehlig
  - 1 Zwiebel
  - 2 Stängel frische Petersilie
  - Butterschmalz, zum Braten
  - Salz, aus der Mühle
  - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Einen Topf mit Wasser erhitzen. Die Kartoffeln halbieren und mit Schale in heißem Wasser weich kochen. Anschließend Kartoffeln pellen. In der Zwischenzeit die Zwiebel abziehen und hacken. Petersilie abbrausen und fein hacken. In einer Pfanne Butterschmalz heiß werden lassen, Zwiebel darin anbraten, die gekochten Kartoffeln dazugeben. Mit einer Gabel die Kartoffeln grob zerdrücken und alles gut anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Servieren die frische Petersilie untermischen.
- Für den Apfelkren :**
- 2 säuerliche Äpfel
  - 4 cm Meerrettich
  - 1 Zitrone
  - 1 TL Zucker
  - 1 TL Sonnenblumenöl
  - Salz, aus der Mühle
- Zitrone auspressen. Äpfel schälen und entkernen. Meerrettich schälen und Apfel und Meerrettich mit einer Küchenreibe fein reiben. Direkt im Anschluss mit dem Zitronensaft vermischen. Mit Zucker, Öl und Salz abschmecken.

Blunzenradln im Cornflakes-Mantel mit Kartoffelschmarrn und Apfelkren auf Tellern anrichten und servieren.



**Benjamin Jansen**

## **Zweierlei Fischstäbchen mit Remoulade, Cranberry-Blattspinat und Kartoffelpüree**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Fischstäbchen:** Kabeljau und Lachsfilet waschen, trocken tupfen und in ca. 4 cm breite Streifen schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Eier verquirlen. Eine Panierstraße mit Mehl, Eiern und Panko vorbereiten. Die Fischfilets zuerst in Mehl, dann in Ei und zuletzt in Panko wenden.

300 g Kabeljaufilet, ohne Haut  
 300 g Lachsfilet, ohne Haut  
 1 Zitrone  
 2 Eier  
 120 g Panko  
 3 EL Mehl  
 Olivenöl, zum Anbraten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Für das Kartoffelpüree:** Kartoffeln schälen, in kleine Stücke schneiden und in einem Topf mit reichlich Salzwasser 15–20 Minuten weich garen. Anschließend in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Milch erwärmen.

400 g mehlig kochende Kartoffeln, mittelgroß  
 30 g Butter  
 100 ml Milch  
 Muskatnuss, zum Reiben  
 Salz, aus der Mühle

**Für den Blattspinat:** Blattspinat verlesen, waschen und trockenschleudern. Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln. Zwiebel abziehen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch und Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Getrocknete Cranberrys zugeben. Anschließend Spinat hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und 2-3 Minuten in der Pfanne dünsten.

200 g jungen Blattspinat  
 1 rote Zwiebel, klein  
 1 Knoblauchzehe  
 2 EL getrocknete Cranberrys  
 2 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Für die Remoulade:** Einen Topf mit Wasser erhitzen und die Eier darin ca. 8 Minuten hart kochen. Anschließend die Eier schälen und das Eigelb herauslösen. Zitrone auspressen und den Saft mit Senf, Weißweinessig und Salz in eine Schüssel geben. Eigelb durch ein Sieb streichen und dazu geben, anschließend die Masse glatt rühren. Öl langsam unter ständigem Rühren dazu gießen bis eine dicke Sauce entsteht.

1 Zitrone  
 ½ Zwiebel  
 50 g Gewürzgurken mit Gurkenwasser  
 2 Eier  
 1 TL Weißweinessig  
 70 ml Sonnenblumenöl  
 1 TL mittelscharfer Senf  
 ½ Bund Schnittlauch  
 2 Zweige glatte Petersilie  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zweierlei Fischstäbchen mit Remoulade, Cranberry-Blattspinat und Kartoffelpüree auf Tellern anrichten und servieren.



**Bell Kink**

## **Pad thai mit Hühnchen und Garnelen**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Pad thai-Sauce:** Tamarinden-Paste, brauner Zucker, 3 EL Wasser, Fischsauce und helle Sojasauce in eine Pfanne geben und kurz aufkochen lassen. Vom Herd ziehen und kurz beiseitestellen. Limetten halbieren in Viertel schneiden und zum Garnieren beiseitelegen.  
 2 Limetten  
 1 EL Fisch-Sauce  
 2 TL helle Sojasauce  
 4 EL Tamarinden-Paste  
 2 EL brauner Zucker

**Für die Pad Thai Nudeln:** Getrocknete Pad Thai Nudeln für 5-10 in heißem Wasser einweichen bis sie eine weiße Farbe angenommen haben. Abgießen und gut abtropfen lassen. Garnelen waschen, trocken tupfen. Fleisch waschen, trocken tupfen und in Scheiben schneiden. Tofu in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Sojasprossen abbrausen und abtropfen lassen.  
 1 Hähnchenbrustinnenfilet, ca. 150 g  
 4 Riesengarnelen, küchenfertig  
 150 g extra fester Tofu  
 400 g Reismudeln für Pad Thai 3mm, getrocknet  
 300 g Sojasprossen  
 2 Limetten  
 4 EL ungesalzene Erdnüsse  
 2 Eier, Raumtemperatur  
 2 EL helle Soja Sauce  
 1 EL Fischsauce  
 1 Bund Schnittlauch  
 2 EL weißer Zucker  
 2 TL mildes Chilipulver  
 Pflanzenöl, zum Braten

Im heißen Wok Öl erhitzen, Garnelen kräftig darin anbraten. Auf einen Teller geben und beiseite stellen. Nun das Hähnchenfleisch und den Tofu im Wok anbraten. Nudeln, Eier, Soja Sprossen und Schnittlauch hinzugeben und nach und nach mit der Pad thai Sauce von zuvor begießen. Alles ca. 3 Minuten anbraten. Nun die Garnelen wieder hinzufügen. Erdnüsse grob hacken, zugeben. Limetten halbieren und den Saft auspressen. Nudeln nach Bedarf mit Soja Sauce, Fischsauce, Limettensaft, mildem Chilipulver und Zucker abschmecken.

**Zum Garnieren:**

1 EL geröstete Erdnüsse, ungesalzen

Pad thai mit Garnelen und Hähnchen auf Tellern anrichten, mit Erdnüssen garnieren und servieren.



Angelika Poschadel

## Interpretation vom Senfei: Pochiertes und gebackenes Ei mit Senfsauce, Pellkartoffeln und Blattsalat mit Joghurt-Sauce

Zutaten für zwei Personen

**Für die Senfsauce:** Die Schalotten und den Knoblauch abziehen, klein schneiden und in einem Topf mit Butterschmalz glasig anschwitzen. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen, grob hacken und zusammen mit dem Zucker dazugeben. Mit Wermut ablöschen und einkochen. Weißwein hinzugeben und auch hier einkochen lassen bis der Alkohol verfliegen ist. Dann mit Fond auffüllen. 1 EL Senf und die Sahne hinzugeben und einreduzieren. Mit dem Stabmixer mixen und durch ein Sieb passieren. Kurz vor dem Servieren noch den restlichen Senf hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und noch einmal mit dem Stabmixer aufschäumen.

2 Schalotten  
1 Knoblauchzehe  
100 ml Sahne  
50 ml Wermut  
50 ml trockener Weißwein  
400 ml Fischfond  
2 EL Dijonsenf  
2 Stiele glatte Petersilie  
1 Prise Zucker  
1 EL Butterschmalz  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Für die pochierten Eier:** Ein Liter Wasser in einem Topf aufkochen. Essig hinzufügen. Das Ei in einer Suppenkelle aufschlagen. Nun mit einem Kochlöffel einen Strudel im kochenden Wasser erzeugen und das Ei in den Strudel hineingleiten lassen. Nach 2-3 Min das Ei mit einem Schaumlöffel herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Das Eigelb sollte noch flüssig sein.

2 Eier  
2 EL Apfelessig

**Für die gebackenen Eier:** In einem Topf Wasser aufkochen und die Eier in etwa 4 bis 5 Minuten weich kochen, anschließend abschrecken und etwas abkühlen lassen. Eier schälen. Danach das übrige Ei verquirlen. Das geschälte Ei nun in Mehl wenden, durch das verquirlte Ei ziehen und in Pankomehl wälzen. Anschließend in einer Fritteuse in Öl goldgelb ausbacken. Auch hier sollte das Eigelb noch flüssig sein.

3 Eier  
3 EL Mehl  
100 g Pankomehl  
Öl, zum Frittieren

**Für den Blattsalat mit Joghurt-Sauce:** Eine halbe Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Den Joghurt mit Zucker und Zitronensaft glatt rühren. Etwas Zitronenabrieb dazugeben. Den Blattsalat waschen, trocken schleudern mit der Hand in mundgerechte Stücke zerreißen. Den Salat kurz vor dem Servieren mit der Joghurt-Sauce vermengen.

1 Kopfsalat  
½ Zitrone  
250 ml Joghurt (10 %)  
1 TL Zucker

**Für die Pellkartoffeln:** Die Kartoffeln mit Schale in kochendem Wasser kochen, anschließend pellen. In einer Pfanne etwas Butter zerlassen und die Kartoffeln anschließend in der Butter schwenken. Für die Garnitur Kapern in einem Topf in heißem Öl kurz frittieren und über die Kartoffeln streuen.

200 g kleine mehlig kochende Kartoffeln  
1 EL Kapern, aus dem Glas  
1 EL Butter  
100 ml neutrales Öl

Pochiertes und gebackenes Ei mit Senfsauce, Pellkartoffeln und Blattsalat mit Joghurt-Sauce auf Tellern anrichten und servieren.