



## | Die Küchenschlacht – Leibgerichte vom 13. Oktober 2008 |

### *Wiener Schnitzel mit Gemüsesalat von Arnold Fellinger*

#### **Zutaten für zwei Personen**

2	Kalbsschnitzel, à 150 g, küchenfertig
150 g	Erbsen, TK-Ware
2	Kartoffeln, festkochend
2	Karotten
1	Apfel, Granny Smith
1	Essigurke
1	Zitrone, unbehandelt
1	Ei
1 Zehe	Knoblauch
75 g	Sahnebasis
125 g	Joghurt
200 g	Mehl
300 g	Semmelbrösel
1 TL	Estragon-Senf
60 ml	Sonnenblumenöl
	Butterschmalz, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

#### **Zubereitung**

Die Karotten und die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in Salzwasser bissfest garen. Die Erbsen ebenfalls in Salzwasser garen.

Die Kalbsschnitzel waschen und trocken tupfen. Anschließend dünn klopfen, salzen und pfeffern. Das Ei verquirlen. Die Schnitzel zuerst im Mehl, dann in der Eimasse und abschließend in den Semmelbröseln wenden.

Die Sahnebasis mit dem Sonnenblumenöl zu einer cremigen Masse verrühren. Anschließend den Joghurt und den Senf unter das Salatdressing rühren.

Etwas Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen, die Schnitzel darin beidseitig goldgelb backen und einige Male in dem Fett schwenken.

Die Kartoffeln, die Karotten und die Erbsen abgießen. Die Zitrone in Scheiben schneiden und für die Garnitur beiseite legen. Den Apfel schälen, vom Kerngehäuse befreien und fein schneiden. Die Essigurke würfeln. Den Knoblauch abziehen und die Hälfte davon fein hacken. Das Ganze zusammen mit den Kartoffeln, den Karotten und den Erbsen vermengen. Das Dressing darüber träufeln und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Schnitzel und den Gemüsesalat auf Tellern anrichten und mit jeweils einer Zitronenscheibe garnieren und servieren.

## **Curryhuhn mit Reis von Judith Heinold**

### **Zutaten für zwei Personen**

200 g	Hähnchenbrustfilet
100 g	Basmatireis
1	Paprika, rot
1	Paprika, gelb
1 Stange	Lauch
1	Ananas
1	Banane
2	Karotten
1	Zwiebel
500 ml	Geflügelfond
100 ml	Sahne
4 EL	Butter
3 EL	Curry
	Cayennepfeffer
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Reis in Salzwasser bissfest garen.

Den Lauch abziehen und in feine Ringe schneiden. Die Paprika, halbieren, vom Strunk befreien, entkernen und würfeln. Die Karotten schälen, von den Enden befreien und in Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen und hacken.

Zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne zerlassen. Das Gemüse darin andünsten und mit zwei Esslöffeln Curry würzen. Nach fünf Minuten mit dem Fond aufgießen und aufkochen lassen. Anschließend 20 Minuten köcheln lassen.

Die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen. Das Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Mit Salz, Pfeffer und dem restlichen Curry würzen. Das Fleisch anschließend in der Pfanne scharf anbraten.

Die Ananas schälen, vom Strunk befreien und ein Viertel der Ananas würfeln. Die Banane schälen und in Stücke schneiden. Die Früchte dem Curry hinzufügen.

Die Sahne unter das Curry rühren und nochmals aufkochen lassen. Das Fleisch zum Curry geben und das Ganze mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken.

Den Reis auf Tellern anrichten, das Curryhuhn daneben garnieren und das Ganze servieren.



## ***Fisch-Fitnessteller von Peter Paul Wiesner***

### **Zutaten für zwei Personen**

400 g	Flussbarschfilet, ohne Gräten
200 g	Bataviasalat
8	Kartoffeln, festkochend
1	Zitrone, unbehandelt
2	Eier
4	Radieschen
1	Limette, unbehandelt
1	Paprika, rot
1	Paprika, gelb
1	Paprika, grün
1 Zehe	Knoblauch
2 Zweige	Rosmarin
0,5 Bund	Schnittlauch
0,5 Bund	Petersilie, glatt
1 TL	Honig
2 TL	Meerrettichsenf
4 TL	Shoyu
2 EL	Balsamico Bianco
3 EL	Rotweinessig
200 ml	Bier, hell
5 EL	Olivenöl
1 TL	Kräutermeersalzmischung
100 g	Weißmehl
1 Msp.	Paprikapulver, mittelscharf
2 TL	Dill, getrocknet
2 L	Rapsöl, zum Frittieren
5 EL	Rapsöl
	Meersalz
	Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Das Rapsöl in der Friteuse auf 180 Grad vorheizen. Den Backofen auf 50 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln achteln und vier Esslöffel Rapsöl in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffelspalten darin goldbraun braten. Abschließend die Rosmarinzwige hinzufügen, mit Meersalz und Pfeffer würzen und im Ofen warm stellen.

Das Mehl mit dem Bier und einem Teelöffel Meersalz vermengen und ziehen lassen.

Für die Limettenmayonnaise die Eier aufschlagen und mit zwei Esslöffeln Olivenöl vermengen. Die Schale von der Limette reiben, halbieren und pressen. Den Knoblauch abziehen und andrücken. Zwei Esslöffel des Limettensaftes, die Zesten, den Knoblauch, das Paprikapulver, einen Teelöffel Meerrettichsenf, eine Prise Meersalz und Pfeffer hinzufügen und vermengen.

Das Fischfilet waschen, trocken tupfen und in Stücke schneiden. Die Zitrone halbieren, eine Hälfte auspressen und den Fisch mit dem Saft beträufeln und mit Alufolie abdecken. Anschließend im Kühlschrank ziehen lassen.

Die Fischstücke aus der Alufolie nehmen und mit Meersalz, Pfeffer und Dill würzen. Den Teig mit dem restlichen Rapsöl vermengen, die Fischstücke durch den Bierteig ziehen und anschließend drei Minuten im Rapsöl goldbraun frittieren. Zwei Zweige der Petersilie zupfen. Die andere Zitronenhälfte halbieren und den Fisch zusammen mit der Petersilie und den Zitronenvierteln garnieren.

Für die Salatsauce den Balsamico, den Rotweinessig, das restliche Olivenöl, den Honig, das Shoyu, den restlichen Senf und die Kräutermeersalzmischung miteinander vermengen.

Den Salat zerkleinern. Die Paprika halbieren, entkernen und von den Scheidewänden befreien. Die Radieschen vom Strunk befreien. Das Ganze in feine Streifen schneiden. Die restliche Petersilie und den Schnittlauch fein



hacken. Das Ganze miteinander vermengen und die Salatsauce darüber träufeln. Die Fischstücke zusammen mit der Limettenmayonnaise in Bastkörbchen anrichten. Dazu den Salat reichen und das Ganze servieren.



## ***Rehrücken mit Preiselbeerkastanien und Buttermilchgetzen von Diana Sartor***

### **Zutaten für zwei Personen**

600 g	Rehrücken, im Ganzen, ohne Knochen
250 g	Kartoffeln, mehligkochend
500 g	Esskastanien, ohne Schale, gekocht
100 g	Semmelmehl
100 g	Preiselbeeren
50 g	Schinkenspeck
8	Wacholderbeeren
100 g	Kartoffelmehl
250 ml	Buttermilch
210 ml	Speiseöl
	Butter, zum Anbraten
	Salz
	Pfeffer

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Wacholderbeeren mit einem Messer andrücken. Den Rehrücken von den Sehnen befreien, waschen und trocken tupfen. Mit den Wacholderbeeren einreiben und anschließend kühl stellen.

Den Schinkenspeck in feine Würfel schneiden und mit der Buttermilch vermengen. Die Kartoffeln schälen, fein reiben und durch ein Tuch drücken. Die Kartoffelmasse zu der Buttermilch-Schinken-Mischung geben. Das Kartoffelmehl dazugeben und das Ganze zu einer Masse verarbeiten.

Zehn Milliliter Speiseöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin auf beiden Seiten drei Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und anschließend im Ofen fünf Minuten ziehen lassen.

Das restliche Speiseöl in einer Pfanne erhitzen und aus der Buttermilchmasse sechs Getzen formen. Diese in der Pfanne ausbacken und anschließend warm stellen.

Die Kastanien fein schneiden. Butter in einer Pfanne zerlassen und das Semmelmehl einrühren. Nun die Esskastanien und die Preiselbeeren hinzufügen und kurz aufkochen lassen.

Den Rehrücken in Scheiben schneiden und zusammen mit den Buttermilchgetzen auf Tellern anrichten. Dazu die Preiselbeer-Kastanien-Mischung reichen und servieren.



## **Gefüllte Hähnchenbrust im Baconmantel mit Kräutergnocchi von Mikus Sils**

### **Zutaten für zwei Personen**

2	Hühnerbrustfilets, à 150 g
400 g	Kartoffeln, mehligkochend
350 g	Blattspinat
12 Scheiben	Bacon
10 Stangen	Thaispargel
1	Orange, unbehandelt
1	Ei
70 g	Weizenmehl
1 Bund	Thymian
1 Bund	Rosmarin
2 TL	Paniermehl
1 TL	Zucker
	Butter, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 185 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln schälen, fein würfeln und in Salzwasser gar kochen.

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Den Spinat darin blanchieren und abtropfen lassen. Die Hühnerbrustfilets waschen, trocken tupfen und längs aufschneiden. Anschließend mit Salz und Pfeffer einreiben. Zwei Stücke Frischhaltefolie ausbreiten und darauf den Bacon auslegen. Die Hühnerbrust auf dem Bacon platzieren, den Spinat darüber verteilen und das Ganze vorsichtig zusammenrollen. Anschließend mit den Zahnstochern feststecken und im Ofen für 20 Minuten garen lassen.

Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Kartoffeln zerstampfen, mit der zerlassenen Butter vermengen und grob pürieren. Anschließend salzen und unter Rühren bei schwacher Hitze reduzieren. Das Ei hinzufügen und zusammen mit dem Weizenmehl zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Eine Rolle aus dem Teig formen. Diese in zwei Zentimeter lange Teile schneiden und die Gnocchi flach andrücken.

Butter in einer weiteren Pfanne zerlassen. Den Spargel von den holzigen Enden befreien und kurz anbraten. Die Orange in feine Scheiben schneiden. Zwei Orangenscheiben mit in die Pfanne geben und ziehen lassen. Den Spargel mit Salz, Pfeffer und dem Zucker abschmecken.

Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Die Gnocchi darin gar kochen. Anschließend bei mittlerer Hitze drei Minuten ziehen lassen. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen, die Gnocchi darin anbraten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Thymian und den Rosmarin abzupfen, hacken und unter die Gnocchi heben. Abschließend mit dem Paniermehl in der Pfanne durchschwenken.

Den Spargel dekorativ auf Tellern anrichten. Das Hähnchen in Scheiben schneiden und darüber verteilen. Die Gnocchi daneben geben und das Ganze mit dem Bratensud aus der Spargelpfanne beträufeln. Mit den Orangenscheiben garnieren und servieren.



## **Kartoffel-Gemüse-Rösti mit Rahmgeschnetzeltem von Ingrid Dölling**

### **Zutaten für zwei Personen**

1	Schweinefilet, à 300 g
3	Kartoffeln, vorwiegend festkochend
1 Knolle	Sellerie
1	Karotte
1	Ei
1	Paprika, gelb
3	Schalotten
300 g	Pfifferlinge, frisch
200 ml	Prosecco
300 ml	Fleischfond
200 ml	Sahne
2 Zweige	Rosmarin
1 Zweig	Liebstöckel
1 Zehe	Knoblauch
1 TL	Senf
1 EL	Mehl
1 Msp.	Zucker
1 EL	Speiseöl
	Salz
	Pfeffer
	Öl, zum Anbraten

### **Zubereitung**

Den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in Scheiben schneiden. Mit Pfeffer würzen, die Rosmarinzwige, den Liebstöckel und den Knoblauch zum Fleisch geben.

Den Senf mit dem Speiseöl und etwas Salz aufschlagen und über das Fleisch träufeln. Zugedeckt kurz kalt stellen.

Die Kartoffeln, den Sellerie und die Karotte schälen und grob raspeln. Das Ei mit Mehl Salz und Pfeffer und mit dem Gemüse vermengen. Aus der Masse vier Rösti formen. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Rösti darin goldbraun braten.

In einer weiteren Pfanne Öl erhitzen und das Fleisch darin unter Rühren kurz anbraten. Im Anschluss zugedeckt ruhen lassen.

Die Pfifferlinge putzen. Die Schalotten abziehen und in Scheiben schneiden. Die Paprika halbieren, entkernen und von den Scheidewänden befeien und in feine Streifen schneiden. Das Ganze in den Pfannensud geben und anschmoren lassen. Mit dem Prosecco und dem Fleischfond ablöschen und auf kleiner Flamme reduzieren lassen.

Die Sahne unterheben, das Fleisch dazugeben und nochmals kurz erhitzen. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Je zwei Rösti auf Tellern anrichten, das Rahmgeschnetzelte darüber geben und das Ganze servieren.