



| Die Küchenschlacht - Vorspeisen vom 28. Oktober 2008 |

Pollo Tonnato von Heide Birkner

Zutaten für zwei Personen

2	Hühnerbrüste, à 150 g, küchenfertig
1	Thunfischfilet, Sushiqualität, à 300 g
1	Sardellenfilet, in Öl
160 g	Thunfisch, aus der Dose, natur
1	Ei
1	Zitrone, unbehandelt
500 ml	Hühnerfond
3 EL	Sojasauce
1 EL	Balsamicoessig
1 EL	Ahornsirup
130 ml	Sonnenblumenöl
1 EL	Dijonsenf
2 EL	Kapernbeeren
1 Prise	Puderzucker
	Cayennepfeffer
	Salz
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Das Thunfischfilet waschen und trocken tupfen. Die Sojasauce, den Ahornsirup und den Balsamicoessig zu einer Marinade verrühren und mit dem Thunfisch in einen Gefrierbeutel geben, verschließen und ruhen lassen.

Die Hühnerbrüste waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne in zehn Milliliter Öl von beiden Seiten anbraten. Den Fond in einem Topf erhitzen, mit Salz und Pfeffer würzen und die Hühnerbrüste hineingeben. Nach zehn Minuten herausnehmen und kalt stellen.

Für die Sauce das Ei mit dem Senf verrühren und mit dem restlichen Öl zu einer Mayonnaise aufschlagen.

Die Zitrone halbieren und auspressen. Den Thunfisch aus der Dose, einen Esslöffel der Kapern, das Sardellenfilet, die Mayonnaise, den Zitronensaft und den Cayennepfeffer mixen. Mit Salz, Pfeffer und dem Puderzucker abschmecken.

Den Thunfisch aus der Marinade nehmen, trocken tupfen und in feine Scheiben schneiden. Die Hühnerbrüste ebenfalls in feine Scheiben schneiden und abwechselnd mit dem Thunfisch auf Tellern anrichten.

Das Pollo Tonnato mit den restlichen Kapernbeeren auf Tellern anrichten und servieren.



Himbeer-Gazpacho mit Ziegenkäsecrostini von Ralph Lindenau

Zutaten für zwei Personen

250 g	Himbeeren
75 g	Staudensellerie
80 g	Ziegenkäse, jung
50 g	Pinienkerne
75 ml	Rote Bete Saft
1 Scheibe	Weizentost
1	Baguette
1	Paprika, rot
1	Salatgurke
2	Tomaten
2	Frühlingszwiebeln
1	Zitrone, unbehandelt
1 Zweig	Rosmarin
2 EL	Essig, weiß
3 EL	Olivenöl
	Zucker
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 210 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Hälfte der Gurke schälen und in Stücke schneiden. Die Paprika und die Tomaten halbieren, entkernen und klein schneiden. Die Frühlingszwiebeln, das Weizentost und den Sellerie klein schneiden. Das Ganze mit den Himbeeren, dem Rote Bete Saft, zwei Esslöffeln Olivenöl und dem Essig pürieren. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken und das Gazpacho in Eiswasser kalt stellen.

Das Baguette aufschneiden, halbieren und eine Hälfte mit dem restlichen Olivenöl beträufeln. Den Ziegenkäse auf die Baguettescheiben streichen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Rosmarin abzupfen und die Nadeln zusammen mit den Pinienkernen auf das Baguette geben. Das Ganze zehn Minuten im Ofen goldbraun backen.

Die Zitrone halbieren, auspressen und das Gazpacho damit abschmecken.

Die Ziegenkäse-Crostini mit dem Himbeer-Gazpacho auf Tellern anrichten und servieren.



Spaghetti frutti di mare von Gisella Kuhn-Back

Zutaten für zwei Personen

200 g	Spaghetti
8	Miesmuscheln, mit Schale
10	Vongole, mit Schale
6	Riesengarnelen, mit Kopf und Schale
4	Tintenfischringe
2 Zehen	Knoblauch
1	Frühlingszwiebel
1	Lorbeerblatt
1	Fleischtomate
0,5 Bund	Petersilie
100 ml	Weißwein
	Olivenöl, zum Anbraten
	Meersalz
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Spaghetti in Salzwasser al dente kochen.

Die Miesmuscheln und Vongole gut waschen und trocken tupfen. Die Garnelen von Kopf und Schale befreien, am Rücken entlang einritzen und entdarmen. Anschließend gut waschen und trocken tupfen. Die Tintenfischringe waschen, trocken tupfen und klein schneiden.

Die Petersilie zupfen und klein hacken. Die Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden. Die Tomate am Stielansatz kreuzweise einritzen, in kochendes Wasser eintauchen, anschließend häuten, entkernen und würfeln. Die Knoblauchzehen abziehen und andrücken.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Frühlingszwiebelringe, den Knoblauch, das Lorbeerblatt und die Tomatenwürfel hinzufügen und anschwitzen. Die Meeresfrüchte mit in die Pfanne geben und mit dem Weißwein ablöschen. So lange köcheln lassen, bis die Muscheln sich öffnen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Petersilie darüber streuen.

Die Spaghetti abgießen und unter die Meeresfrüchte heben. Das Lorbeerblatt und den Knoblauch wieder entfernen.

Die Spaghetti frutti di mare auf Tellern anrichten und servieren.



Crêpes mit Pilzfüllung und Gorgonzola-Birne von Gerhard Dieter

Zutaten für zwei Personen

250 g	Champignons
50 g	Steinpilze, getrocknet
100 g	Mehl
100 g	Gorgonzola
50 g	Crème fraîche
70 g	Butter
50 g	Parmesan
250 ml	Vollmilch
100 ml	Sahne
1	Ei
1	Schalotte
1	Birne, reif
1 EL	Butterschmalz
0,5 Bund	Petersilie, glatt
1 Prise	Zucker
	Meersalz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

50 Gramm Butter, das Mehl, das Ei, den Zucker, eine Prise Meersalz und die Milch zu einem glatten Teig verrühren. Das Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen und den Teig darin zu zwei Crêpes goldbraun ausbacken.

Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Die Steinpilze in warmen Wasser einweichen. Die Schalotte abziehen und fein schneiden. Die Petersilie von den Zweigen zupfen und fein hacken. Zehn Gramm Butter in einer Pfanne zerlassen und die Champignons, die Steinpilze, die Schalottenstücke und den Zucker darin braten. Anschließend salzen, pfeffern und die Petersilie unterrühren. Mit der Sahne auffüllen und das Ganze vollständig einkochen lassen.

Die Crêpes mit der Pilzmischung füllen und den Parmesan darüber reiben. Anschließend im Backofen goldbraun überbacken.

Die Birne schälen, in Spalten schneiden und in der restlichen Butter in einer Pfanne leicht rösten. Den Gorgonzola klein schneiden mit der Crème fraîche vermengen.

Die Crêpes mit den Birnenspalten auf Tellern anrichten und servieren.



Karotten-Apfel-Suppe mit Satéspießchen von Nicole Rath

Zutaten für zwei Personen

1	Putenschnitzel, à 200 g, küchenfertig
3	Karotten
1	Zwiebel
1	Apfel
1 TL	Currypulver „Anapura“
1 TL	Akazienhonig
1 TL	Gemüsebrühe, gekörnt
1 TL	Erdnussbutter
1 EL	Rapsöl
2 EL	Sesamöl
4 EL	Erdnussöl
2 EL	Erdnüsse, gesalzen
200 ml	Kokosmilch
50 ml	Milch, 1,5%
0,5 Bund	Schnittlauch
1 Prise	Chilipulver
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Die Karotten schälen und in kleine Stücke schneiden. Den Apfel halbieren, entkernen und in Stücke schneiden. Die Zwiebel abziehen und würfeln. Das Rapsöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel, Karotten- und Apfelstücke darin anschwitzen. Das Currypulver, die Gemüsebrühe und den Honig dazugeben und mit der Kokosmilch ablöschen. Das Ganze auf kleiner Flamme 15 Minuten köcheln lassen. Anschließend mit Salz abschmecken und pürieren. Gegebenenfalls mit etwas Milch strecken, bis sie die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Für die Marinade die Erdnussbutter, das Sesamöl, Salz und Pfeffer vermischen. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und der Länge nach halbieren. Anschließend im Zickzack auf die Spieße stecken und rundum mit der Marinade einreiben. Eine Pfanne mit dem Erdnussöl erhitzen und die Spieße auf beiden Seiten zwei Minuten braten. Anschließend entnehmen.

Die Erdnüsse kurz im heißen Sud rösten und fein hacken. Zwei Halme Schnittlauch klein schneiden.

Die Suppe in tiefen Tellern anrichten. Die restliche Milch und das Chilipulver mit einem Milchaufschäumer aufschlagen und je einen Klecks in die Mitte der Suppe geben. Das Ganze mit dem Schnittlauch und den Erdnüssen garnieren, die Spieße auf den Tellerrand legen und servieren.