

| Die Küchenschlacht - Menü am 24. Mai 2016 |
„Vorspeise“ mit Mario Kotaska



Vorspeise: „Lachs-Tataki und Lachs-Tatar mit Avocado und Wasabi-Mayonnaise“ von Kai Schwarz

Zutaten für zwei Personen

Für das Lachs-Tataki und das Lachs-Tatar:

- 1 Lachsfilet à 200 g, küchenfertig, ohne Haut
- 1 Gartengurke
- 1 Limette
- 100 ml Traubenkernöl
- 2 EL Teriyaki-Sauce
- ½ Bund Schnittlauch
- 1 TL Sesamöl, zum Braten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Wasabi-Mayonnaise:

- 1 Ei, davon das Eigelb
- 180 ml neutrales Pflanzenöl
- 1 TL Wasabi-Paste
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

- 1 reife Avocado
- 1 Kästchen Shiso-Kresse

Zubereitung

Für das Lachs-Tataki und das Lachs-Tatar Lachsfilet kalt abspülen und trocken tupfen. Für das Tataki Mittelstück herausschneiden, restliches Lachsfilet fein würfeln.

Für das Tatar Gurke schälen und fein würfeln. Limette waschen, trockenreiben und Schale abreiben. Saft auspressen und für Avocado beiseite stellen. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und in feine Ringe schneiden. Traubenkernöl, Limettenabrieb, Schnittlauch, Gurke und Lachswürfel vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Tataki in einer Pfanne Sesamöl erhitzen. Lachsfilet salzen, pfeffern, mit Teriyaki-Sauce bepinseln und von allen Seiten kurz scharf anbraten. Vor dem Servieren in feine Tranchen schneiden.



Für die Mayonnaise Öl tröpfchenweise zum Eigelb geben und mit einem Stabmixer zu einer Mayonnaise aufmontieren. Wasabi-Paste unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnitur Avocado schälen, Kern entfernen, Fruchtfleisch in Spalten schneiden und mit Limettensaft beträufeln.

Lachs-Tataki und Lachs-Tatar mit Avocado und Wasabi-Mayonnaise auf Tellern anrichten, mit Shiso-Kresse garnieren und servieren.



Vorspeise: „Gemüsepufer mit Feta-Kräuter-Dip und Chicorée-Schiffchen“ von Sigrid Siegel

Zutaten für zwei Personen

Für die Gemüsepufer:

- 1 Zucchini
- 2 Möhren
- 1 festkochende Kartoffel
- 1 Speisezwiebel
- 1 Ei
- 1 EL Mehl
- 1 EL feine Haferflocken
- 1 TL gerebelter Thymian
- neutrales Speiseöl, zum Braten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Feta-Kräuter-Dip:

- 200 g Crème fraîche
- 200 g griechischer Joghurt
- 50 g Feta
- 1 Bund glatte Petersilie
- 1 Bund Basilikum
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Chicorée-Schiffchen:

- 2 Chicorée
- 1 rote Zwiebel
- 1 Bund Radieschen
- 1 Kästchen Kresse
- 1 Orange
- 1 Zitrone
- 1 säuerlicher Apfel
- 2 EL flüssiger Blütenhonig
- 2 EL mittelscharfer Senf
- 2 EL Apfelessig
- 2 EL Walnussöl
- 4 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Für die Gemüsepufer Zucchini, Möhren und Kartoffel waschen, Möhren und Kartoffel schälen. Gemüse grob reiben. Zwiebel abziehen und fein hacken. Ei, Mehl und Haferflocken unter Gemüseraspel rühren, Zwiebeln untermengen, mit Salz und Pfeffer würzen, mit Thymian abschmecken. Öl erhitzen, Puffer darin goldbraun ausbacken.



Für den Feta-Kräuter-Dip Feta mit einer Gabel zerdrücken. Crème fraîche, Joghurt und zerdrückten Feta verrühren. Petersilie und Basilikum abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen, fein hacken und unter die Masse rühren. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Für die Chicorée-Schiffchen Zwiebel abziehen, Radieschen waschen und putzen. Apfel waschen, halbieren und Kerngehäuse entfernen. Orange und Zitrone halbieren und getrennt voneinander auspressen. Chicorée waschen und putzen, vier Blätter beiseitelegen. Restlichen Chicorée, Zwiebel, Radieschen und Apfel in kleine Würfel schneiden, miteinander vermengen und Zitronensaft hinzufügen. Aus Honig, Senf, Apelessig, Walnussöl, Olivenöl, gepresstem Orangensaft, Pfeffer und Salz ein Dressing herstellen. Dressing mit Gemüse- und Obstwürfeln vermengen und in die Chicoréeblätter füllen. Mit Kresse garnieren.

Gemüsepuffer mit Feta-Kräuter-Dip und Chicorée-Schiffchen auf Tellern anrichten und servieren.



Vorspeise: „Zweierlei Blätterteig-Taschen mit Rucola-Erdbeer-Salat“ von Moritz Mahr

Zutaten für zwei Personen

Für die Blätterteig-Taschen:

275 g	frischer Blätterteig
1	Zitrone
200 g	geräucherter Lachs
200 g	Ziegenfrischkäse
2	Eier
2 EL	Thymianhonig
2 EL	Tomatenmark
1 Bund	Basilikum
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Salat:

200 g	Rucola
10	Cocktailtomaten
200 g	Erdbeeren
100 g	Parmesan
1 TL	scharfer Senf
2 EL	dunkler Balsamico-Essig
2 EL	Olivenöl
	Zucker, zum Abschmecken
	Chili, aus der Mühle
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für die Blätterteig-Taschen Blätterteig ausrollen, halbieren und in gleich große Dreiecke schneiden. Ein Viertel der Dreiecke mit Tomatenmark bepinseln. Geräucherten Lachs klein schneiden und auf das Tomatenmark geben. Zitrone halbieren, auspressen und etwas Zitronensaft auf den Lachs geben. Basilikum abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen, klein hacken und auf den Lachs geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ein Viertel der Dreiecke mit Ziegenkäse bestreichen und mit Thymianhonig beträufeln. Mit Salz und Pfeffer würzen. Eier trennen. Restliche Blätterteig-Dreiecke dünn mit Eigelb bepinseln und auf die Lachs- und die Ziegenkäse-Dreiecke legen. Restliches Eigelb mit Eiweiß verquirlen und auf die geschlossenen Blätterteig-Taschen streichen. Für 20 Minuten bei 200 Grad goldbraun backen.

Für den Salat Rucola waschen und trockenschleudern. Tomaten waschen, trocken reiben, halbieren und zum Rucola geben. Erdbeeren waschen, trocken tupfen, Strunk entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Parmesan in dünne Scheiben schneiden. Für das Dressing Balsamico-Essig, Olivenöl und Senf vermischen, mit Salz, Chili und Pfeffer würzen, mit Zucker abschmecken. Rucola, Tomaten, Parmesan und Erdbeeren mit dem Dressing vermengen. Zweierlei Blätterteig-Taschen mit Rucola-Erdbeer-Salat anrichten und servieren.



Vorspeise: „Garnelen-Pfanne mit Lauchzwiebeln, Tomaten, Weißwein-Sahne-Sauce und Knoblauch-Baguette“ von Jürgen Wichmann

Zutaten für zwei Personen

Für die Garnelenpfanne:

6	Garnelen, mit Schale
1 Bund	Lauchzwiebeln
2 Zehen	Knoblauch
1 große	Fleischtomate
1	Limette
1	Peperoni
100 ml	trockener Weißwein
200 ml	Hummerfond
100 ml	Schlagsahne
	Olivenöl, zum Braten
	Zitronenpfeffer, zum Abschmecken
	grobes Meersalz, zum Würzen
	Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Knoblauch-Baguette:

½	Baguette
1 Zehe	Knoblauch
20 ml	Olivenöl

Für die Garnitur:

½ Bund	glatte Petersilie
½ Bund	Basilikum

Zubereitung

Backofen auf 220 Grad Grillfunktion vorheizen.

Für die Garnelenpfanne Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Fleischtomate kreuzweise einritzen und circa eine Minute kochen, in kaltem Wasser abschrecken und Haut abziehen. Tomate vom Strunk befreien, entkernen und Fruchtfleisch würfeln.

Garnelen von der Schale befreien, Darm entfernen, waschen und trocken tupfen. Limette waschen, abtrocknen und Schale abreiben. Abrieb beiseite stellen. Limette halbieren und Saft auspressen. Garnelen mit Zitronenpfeffer würzen und mit Limettensaft beträufeln. Knoblauch abziehen. Peperoni waschen, Kerngehäuse entfernen. Knoblauch und Peperoni fein hacken. Lauchzwiebeln waschen, trocken tupfen und in Ringe schneiden.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Garnelen darin von beiden Seiten scharf anbraten, bis sie Farbe annehmen. Dann warm stellen. Knoblauch, Peperoni und Lauchzwiebeln in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Fond dazugeben und erneut reduzieren lassen. Sahne hinzufügen und kurz aufkochen lassen. Tomatenwürfel und Limettenschale dazugeben und kurz mit kochen lassen. Garnelen wieder zurück in die Pfanne



geben und zwei Minuten bei geringer Hitze ziehen lassen. Mit Meersalz, Pfeffer und einem Schuss Limettensaft abschmecken.

Für das Knoblauch-Baguette Baguette schräg in Scheiben schneiden. Schnittflächen mit Olivenöl bepinseln und im Ofen zwei Minuten rösten. Knoblauchzehe abziehen und halbieren. Baguette aus dem Ofen nehmen und die Schnittfläche mit der Knoblauchzehe einreiben.

Petersilie und Basilikum abrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken.

Garnelen-Pfanne mit Lauchzwiebeln, Tomaten und Weißwein-Sahne-Sauce auf Tellern anrichten, mit Petersilie und Basilikum garnieren, Knoblauch-Baguette dazu reichen und servieren.



Vorspeise: „Tapas variadas“ von Carolin Adam

Zutaten für zwei Personen

Für die Runzel-Kartoffeln mit Mojo verde:

200 g	Drillinge
1 grüne	Paprika
½ Zehe	Knoblauch
2 EL	Olivenöl
1 EL	Weißweinessig
1 Bund	Koriander
200 g	Meersalz
1 Prise	Kreuzkümmel
	Salz, aus der Mühle

Für die Pimientos de Padrón:

150 g	Pimientos de Padrón
3 EL	Olivenöl
1 TL	Meersalz

Für die Datteln im Speckmantel:

100 g	Datteln, ohne Kern
100 g	Speck, in Scheiben

Für das Grillgemüse:

1	Zucchini
1	rote Paprika
1	Aubergine
1 Zehe	Knoblauch
1 Zweig	Rosmarin
	Olivenöl, zum Braten
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnelen in Knoblauchöl:

6	Garnelen, küchenfertig
1 Zehe	Knoblauch
1	Chilischote
100 ml	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

In einem Topf Wasser zum Kochen bringen.

Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.



Für die Papas arrugadas Drillinge in Wasser mit 200 Gramm Meersalz garen. Dann Wasser abgießen und den Topf auf leichter Hitze stehen lassen, damit sich eine Salzhaut um die Kartoffeln bildet.

Für die Mojo verde grüne Paprika waschen, Kerngehäuse entfernen und vierteln. Knoblauchzehe abziehen. Koriander abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Paprika, Koriander, Knoblauch, Olivenöl und Weißweinessig pürieren. Mit Kreuzkümmel abschmecken, mit Salz würzen.

Für die Pimientos de Padrón Paprikaschoten waschen und trockenreiben. Olivenöl erhitzen, Pimientos darin anbraten, bis sie Blasen werfen. Vor dem Servieren mit Meersalz bestreuen.

Für die Datteln im Speckmantel Datteln in Speck wickeln und bei 200 Grad für circa 20 Minuten in den Ofen geben.

Für das Grillgemüse Zucchini, Paprika und Aubergine waschen und bei Zucchini und Aubergine Enden entfernen. Kerngehäuse der Paprika entfernen und Fruchtfleisch in Streifen schneiden. Zucchini und Aubergine in Scheiben schneiden. Knoblauch abziehen, Zehe andrücken. Olivenöl erhitzen, Knoblauch dazugeben, Gemüse darin anbraten. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, Nadeln abzupfen, hacken und zum Gemüse geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnelen Garnelen waschen und trocken tupfen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Chilischote halbieren, Kerngehäuse entfernen und klein schneiden. Olivenöl erhitzen, Knoblauch und Chili hinzufügen und Garnelen darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die verschiedenen Tapas auf Tellern anrichten und servieren.