

| Die Küchenschlacht - Menü am 12. April 2016 | „Tutti Frutti - Meeresfrüchte“ mit Mario Kotaska



„Tutti Frutti – Meeresfrüchte“: „Dreierlei aus dem Meer: Jakobsmuschel-Saltimbocca, Chili-Knoblauch-Garnelen und gefüllte Sepia-Tuben“ von Claudia Büchner

Zutaten für zwei Personen

Für das Jakobsmuschel-Saltimbocca:

4	Jakobsmuscheln, küchenfertig
4 Scheiben	Parmaschinken
1	Zitrone
20g	Ghee
3 EL	Olivenöl
8 Blätter	Salbei
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Chili-Knoblauch-Garnelen:

4	Garnelen, küchenfertig
2 Zehen	Knoblauch
1	Chillischote
5 TL	Flüssiger Blütenhonig
5	Chilifäden
1	Vanilleschote
	Olivenöl, zum Braten

Für die gefüllten Sepia-Tuben:

6 kleine	Sepia-Tuben
1	Räucherforelle à 200 g
2	Bio-Zitronen
100g	Pinienkerne
1 Bund	glatte Petersilie
	Olivenöl, zum Braten
	Salz, aus der Mühle
	Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.



Für das Jakobsmuschel-Saltimbocca Zitrone halbieren und Saft auspressen. Jakobsmuscheln kalt abbrausen, trocken tupfen, mit Pfeffer, Zitronensaft und wenig Salz würzen. Salbeiblätter abbrausen, trockentupfen. Schinken in gleich große Streifen schneiden, jeweils mit einem Salbeiblatt und einer Jakobsmuschel belegen. Schinken um die Jakobsmuschel und den Salbei wickeln. Olivenöl erhitzen. Saltimbocca darin rundum goldgelb anbraten. Dann auf dem Rost im Ofen bei 100 Grad warm stellen. Öl aus der Pfanne gießen, Ghee darin erhitzen. Restliche Salbeiblätter kurz aufschäumen lassen, salzen und pfeffern. Saltimbocca vor dem Servieren mit Salbeibutter umgießen.

Für die Chili-Knoblauch-Garnelen Garnelen kalt abbrausen, trocken tupfen. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, Knoblauchzehen abziehen, zerdrücken und dazugeben. Chillischote halbieren, entkernen und ebenfalls dazugeben. Garnelen im Chili-Knoblauch-Öl scharf anbraten. Vanilleschote halbieren und das Mark auskratzen. Vanillemark, Chilifäden und Honig zu den Garnelen geben, kurz durchschwenken.

Für die gefüllten Sepia-Tuben Sepia waschen und trocken tupfen. Eine Zitrone halbieren und Saft auspressen. Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne rösten. Forellenfilet, Zitronensaft und geröstete Pinienkerne in einem Mixer zerkleinern, mit weißem Pfeffer und Salz würzen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, klein hacken und unter die Forellen-Masse heben. Fischmasse in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen und die Sepia-Tuben damit füllen. Mit Zahnstochern verschließen und in heißem Öl etwa fünf Minuten braten. Zweite Zitrone heiß abwaschen, trocken reiben, halbieren und auf den Schnittflächen mit anbraten.

Jakobsmuschel-Saltimbocca, Chili-Knoblauch-Garnelen und gefüllte Sepia-Tuben anrichten, mit gebratenen Zitronen garnieren und servieren.



„Tutti Frutti – Meeresfrüchte“: „Bouillabaisse mit Rouille“ von Klaus-Dieter Braun

Zutaten für zwei Personen

Für die Rouille:

1 Zehe	Knoblauch
1	rote Peperoni
1	Ei
2 Scheiben	Weißbrot
100 ml	Kalbsfond
100 ml	Olivenöl
5	Safranfäden
	Piment d'espelette, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Suppe:

300 g	gemischte Fischfilets, küchenfertig ohne Haut und Gräten
10	Garnelen, küchenfertig
2	Speisezwiebeln
2 Zehen	Knoblauch
1 Knolle	Fenchel
2 kleine	festkochende Kartoffeln
½	Bio-Orange
½	Bio-Zitrone
4	geschälte Tomaten, aus der Dose
100 ml	Orangensaft
50 ml	trockener Weißwein
500 ml	Fischfond
500 ml	Gemüsefond
4 cl	Anislikör
4 cl	Noilly Prat
1 TL	Tomatenmark
1 Bund	glatte Petersilie
½ Bund	Thymian
10	Safranfäden
1-2 TL	Fenchelsamen
	Olivenöl, zum Braten
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

1	französisches Weißbrot
100 ml	Olivenöl

Zubereitung

Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.



Für die Rouille Rinde des Weißbrots entfernen. Brot würfeln, mit Kalbsfond bedecken und etwa fünf Minuten ziehen lassen. Safranfäden mit wenig Fond verrühren. Knoblauch abziehen, Peperoni waschen, halbieren und entkernen. Knoblauch und Peperoni im Mixer fein zerkleinern. Weißbrot ausdrücken, ebenfalls in den Mixer geben und gründlich zerkleinern. Ei trennen, Eiweiß beiseite stellen. Safran und Eigelb ebenfalls in den Mixer geben. Olivenöl tropfenweise und dann in einem dünnen Strahl zugeben, bis eine gebundene Masse entstanden ist. Rouille mit Piment d'Espagne abschmecken, mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Suppe Zwiebeln und Knoblauch abziehen und klein schneiden. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken. Thymian abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Fenchel waschen, putzen und in feine Streifen schneiden. Tomaten aus der Dose abtropfen lassen und in feine Würfel schneiden. Kartoffeln schälen und in feine Scheiben schneiden. Orange waschen, trocken reiben und Schale dünn abschneiden.

Öl in einem Topf erhitzen, Fenchelsamen mit der Hälfte der Petersilie anschwitzen. Zwiebeln, Knoblauch, Kartoffeln und die Hälfte des Fenchels dazugeben und farblos anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen, Gemüse- und Fischfond hinzugeben. Tomaten, Thymian und Orangenschale in den Topf geben und 15 Minuten köcheln lassen, bis die Kartoffeln weich sind. Safran in Fond auflösen. Zur Suppe geben und mit Tomatenmark, Salz und Pfeffer würzen. Mit Noilly Prat abschmecken.

Zitrone auspressen. Fischfilets und Garnelen unter kaltem Wasser abspülen und trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Zitronensaft beträufeln. Fischfilets in mundgerechte Stücke schneiden und mit den Garnelen bei mittlerer Hitze in Olivenöl anbraten. Dann in die Suppe geben, fünf Minuten ziehen lassen. Orangenschale entfernen.

Andere Hälfte des Fenchels in Olivenöl anbraten. Mit Anislikör ablöschen. Orangensaft zugeben, Fenchel kurz dünsten.

Weißbrot aufschneiden. Scheiben mit Olivenöl beträufeln und im Backofen bei 180 Grad drei Minuten knusprig backen.

Fenchel-Tomaten in Teller geben. Garnelen und Fischfilets darauf anrichten. Dann Suppe durch ein Sieb aufgießen. Mit anderer Hälfte der Petersilie garnieren. Mit gerösteten Weißbrotscheiben und der Rouille anrichten und servieren.



„Tutti Frutti – Meeresfrüchte“: „Muscheln, Schnecken und Riesengarnelen im Safran-Paprika-Sud mit Spargel“ von Manfred Königs

Zutaten für zwei Personen

Für die Meeresfrüchte:

150 g	Miesmuscheln
150 g	Scheidenmuscheln
300 g	Herzmuscheln
4	Jakobsmuscheln
4	Riesengarnelen, küchenfertig, mit Kopf
150 g	Wellhornschnecken
1 Zehe	Knoblauch
1 Zweig	Rosmarin
	Butter, zum Braten
	Salz, zum Würzen

Für den Safran-Paprika-Sud

1	Schalotte
1 Zehe	Knoblauch
2	rote Paprika
1	Zitrone, davon Abrieb und Saft
200 ml	Fischfond
100 ml	trockener Weißwein
50 ml	Olivenöl
0,2 g	Safranfäden
	Olivenöl, zum Braten
	Kalahari Salz, zum Würzen

Für den Spargel:

200 g	Thaispargel
100 g	grüner Spargel
100 g	weißer Spargel
	Salz, aus der Mühle

Zubereitung

In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Für die Meeresfrüchte Riesengarnelen und Jakobsmuscheln waschen und trocken tupfen. Restliche Muscheln und Schnecken waschen.

Für den Safran-Paprika-Sud Paprikaschote waschen, halbieren, entkernen und in grobe Stücke schneiden. Zusammen mit Fischfond pürieren. Saft durch ein feines Tuch pressen. Schalotte und eine Knoblauchzehe abziehen, fein würfeln. In einem Topf Olivenöl erhitzen, Schalotte und Knoblauch anschwitzen. Riesengarnelen, Schnecken, Herzmuscheln, Scheidenmuscheln und Miesmuscheln zugeben und kurz mit dünsten. Mit Weißwein ablöschen, pürierte Paprika-Fischfond-Mischung zugießen und 6 Minuten garen. Anschließend durch ein Sieb geben und Flüssigkeit auffangen. Muscheln, Schnecken und Riesengarnelen beiseite stellen. Sud noch einmal aufkochen, Safranfäden dazugeben, dann um die Hälfte reduzieren lassen.



Muschelfleisch aus den Schalen lösen. Köpfe und Schwänze der Riesengarnelen entfernen.

Olivenöl tröpfchenweise unter Paprika-Safran-Sud rühren, Muscheln, Schnecken und Riesengarnelen wieder untermischen. Zitrone waschen, Schale abreiben. Zitrone halbieren und auspressen. Sud mit Kalahari Salz, Zitronenschale und Zitronensaft abschmecken, warm halten.

Für die Jakobsmuscheln Knoblauchzehe abziehen und andrücken, Rosmarin abrausen und trockenwedeln. Butter in einer Pfanne schmelzen. Knoblauch und Rosmarin zufügen. Jakobsmuscheln in die Pfanne geben und zwei Minuten von jeder Seite anbraten. Knoblauch und Rosmarin vor dem Servieren entfernen. Mit Salz würzen.

Für den Spargel weiße Spargelstangen schälen, grünen und Thaispargel waschen. Holzige Enden aller Spargelstangen abschneiden und Spargel in kochendem Salzwasser garen. Abtropfen lassen und mit Salz würzen.

Einen Teil des Safran-Paprika-Suds aufschäumen, damit die Jakobsmuscheln beträufeln. Muscheln, Schnecken und Riesengarnelen im Safran-Paprika-Sud, Jakobsmuscheln und Spargel anrichten und servieren.



„Tutti Frutti – Meeresfrüchte“: „Kaisergranat, Garnele und Jakobsmuschel mit Guacamole und Tomaten-Salsa“ von Monika Wilhelmy

Zutaten für zwei Personen

Für die Meeresfrüchte:

- 2 Kaisergranate, küchenfertig
- 2 Jakobsmuscheln, küchenfertig
- 4 Garnelen, küchenfertig, mit Schwanz
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 Zitrone
- 100 ml Olivenöl
- 1 EL mittelscharfer Senf
- Olivenöl, zum Braten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Guacamole:

- 1 Avocado
- 1 Gurke
- 7 Kirschtomaten
- 1 Limette
- 1 Bund Koriander
- Zucker, zum Abschmecken
- Chilipulver, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle

Für die Tomaten-Salsa:

- 7 Kirschtomaten
- 1 Speisezwiebel
- 3 Zehen Knoblauch
- 2 cl Wermut
- 1 Bund Petersilie
- Butterschmalz, zum Braten
- Cayennepfeffer, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Für die Meeresfrüchte Kaisergranate, Garnelen und Jakobsmuscheln waschen und trocken tupfen. Frühlingszwiebeln putzen und in kleine Ringe schneiden. Knoblauch abziehen und klein hacken. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Zitronensaft, Olivenöl, Frühlingszwiebeln, Senf und Knoblauch miteinander vermengen und Meeresfrüchte darin marinieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Meeresfrüchte aus der Marinade nehmen und von allen Seiten kurz scharf anbraten.

Für die Guacamole Avocado halbieren, Kern entfernen und Fruchtfleisch in eine Schüssel geben. Limette halbieren, auspressen und mit der Avocado zu einem Püree vermengen. Mit Salz würzen,



mit Chilipulver und Zucker abschmecken. Gurke schälen und klein würfeln. Tomaten waschen, trocken reiben, Strunk entfernen und klein würfeln. Koriander abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und klein hacken. Avocadopüree mit Tomaten, Gurke und Koriander vermengen.

Für die Tomaten-Salsa Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und beides darin anbraten. Tomaten waschen, trocken reiben, Strunk entfernen und klein würfeln. Zu den Zwiebeln und zum Knoblauch in die Pfanne geben. Mit Wermut ablöschen, mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, klein hacken und mit der Tomaten-Salsa vermengen.

Kaisergranat, Garnele und Jakobsmuschel mit Guacamole und Tomaten-Salsa anrichten und servieren.



„Tutti Frutti – Meeresfrüchte“: „Jakobsmuschel-Tatar und Nordseekrabben-Apfel-Salat mit Limetten-Creme und Brunnenkresse-Pesto“ von Graziella Macri

Zutaten für zwei Personen

Für das Tatar:

6 Jakobsmuscheln, küchenfertig
100 g Zuckerschoten
20 g Ingwer
½ Limette
4 EL Olivenöl
Meersalz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Nordseekrabben-Apfel-Salat:

150 g Nordseekrabben
1 süßer Apfel
1 unbehandelte Zitrone
2 EL Schmand
1 EL Olivenöl
1 Bund Schnittlauch
3 Stängel glatte Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Limetten-Creme:

1 Limette
1 EL Limettenöl
100 g Crème fraîche
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Brunnenkresse-Pesto:

½ Bund Brunnenkresse
1 EL Apfelessig
1 EL Traubenkernöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

2 große festkochende Kartoffeln
200 ml Neutrales Pflanzenöl, zum Frittieren
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

In einer Fritteuse Pflanzenöl erhitzen.



Für das Tatar Limette auspressen. Ingwer schälen und fein reiben. Zuckerschoten waschen und in sehr feine Streifen schneiden. Jakobsmuscheln unter kaltem Wasser abbrausen, trocken tupfen und fein würfeln. Jakobsmuschel-Würfel mit Ingwer, Öl und Limettensaft verrühren. Zuckerschoten unterheben und mit Meersalz und Pfeffer würzen.

Für den Nordseekrabben-Apfel-Salat Apfel waschen, trocken reiben und mit Schale in kleine Würfel schneiden. Nordseekrabben waschen, trocken tupfen, halbieren und in einer Schüssel mit dem Apfel vermengen. Schmand unterrühren. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, kleine Ringe schneiden und ebenfalls in die Schüssel geben. Schale der Zitrone abreiben. Saft auspressen. Zitronenschale und -saft sowie Olivenöl zur Krabben-Mischung geben und alles vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, klein hacken und als Garnitur über den Krabben-Apfel-Salat geben.

Für die Garnitur Kartoffeln waschen, mit dem Sparschäler in dünne Scheiben schneiden und in Pflanzenöl frittieren. Die Chips auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Pesto Brunnenkresse abbrausen, trockenwedeln und mit Apelessig und Traubenkernöl fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Limetten-Creme Crème fraîche mit einem Schneebesen cremig schlagen und mit dem Limonenöl, Salz und Pfeffer würzen. Limette waschen, Schale abreiben und Saft auspressen. Limettenschale und Limettensaft zur Creme geben und vermengen.

Jakobsmuschel-Tatar und Nordseekrabben-Apfel-Salat mit Limetten-Creme, Brunnenkresse-Pesto und Kartoffelchips anrichten und servieren.