

## | Die Küchenschlacht - Menü am 10. Oktober 2014 | „Finalgerichte“ Alfons Schuhbeck



### **Finalgericht: „Forelle mit Okraschoten und Kartoffel-Harissa-Sauce“ von Alfons Schuhbeck**

#### **Zutaten für zwei Personen**

##### *Für das Filet:*

3	Forellenfilets à 100 g, enthäutet und entgrätet
1 Zehe	Knoblauch
1	Zitrone
1	Orange
1	Ingwer, 2 cm
1	Vanilleschote
2 EL	mildes Olivenöl
	mildes Chilisalz

##### *Für die Kartoffel-Harissa-Sauce:*

60 g	kleine Kartoffeln
1	Zitrone
100 g	Sahne
1 EL	kalte Butter
100 ml	Gemüsefond
1 TL	Harissa-Gewürzmischung
	Salz, aus der Mühle

##### *Für die Okraschoten:*

200 g	Okraschoten
1 Zehe	Knoblauch
2 TL	kalte Butter
1 TL	Zatar (orientalische Kräutermischung – ersatzweise Kräuter der Provence)
1 TL	Chiliflocken
2 TL	Olivenöl
	Meersalz

##### *Zum Anrichten:*

3 Stiele	Petersilie
----------	------------

#### **Zubereitung**

Den Backofen auf 80 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Für die Kartoffel-Harissa-Sauce einen Topf mit Wasser und etwas Salz ansetzen. Die Kartoffeln schälen, in ein Zentimeter große Würfel schneiden, in den Topf geben und 20 Minuten kochen lassen. Anschließend abgießen.

Für die Forelle die dünnen Schwanzstücke nach unten einklappen, so dass das Filet an allen Stellen etwa gleich dick ist und die Filets halbieren. Diese anschließend auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und mit Klarsichtfolie bedecken. Die Filets 15 Minuten im Ofen saftig durchziehen lassen.

Für die Kartoffel-Harissa-Sauce die Zitrone waschen und Zesten der Schale abreiben. Den Gemüsefond in einem Topf erhitzen, die gekochten Kartoffeln, die Sahne, die Harissa-Gewürzmischung und die Butter dazugeben und mit einem Stabmixer alles zu einer sämigen Sauce vermengen. Anschließend mit dem Zitronenabrieb und Salz abschmecken.

Für die Forellenfilets den Knoblauch abziehen und den Ingwer schälen und zwei dünne Scheiben abschneiden. Anschließend die Zitrone und die Orange waschen und mit einer Reibe Zesten der Schale abreiben. Das Olivenöl anschließend mit dem Knoblauch, den Ingwerscheiben, dem Zitronen- und Orangenabrieb, sowie der Vanilleschote in einer Pfanne sanft erwärmen und mit Chilisalz würzen.



Für die Okraschoten eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Öl mit einem Pinsel darin verteilen. Die Okraschoten waschen, trocken tupfen und angetrocknete Stielansätze abschneiden. Anschließend die Schoten fünf Minuten in der Pfanne anbraten und dabei hin und wieder wenden. Die Pfanne anschließend vom Herd nehmen und die Butter unterrühren. Die gebutterten Schoten mit Zatar, Meeressalz und Chiliflocken würzen. Die Forellenfilets vorsichtig in die Pfanne mit dem Gewürzöl setzen und leicht damit beträufeln.

Die Petersilie waschen und in kleine Teile zupfen.

Die Forelle mit Kartoffel-Harissa-Sauce und Okraschoten auf Tellern anrichten, mit der Petersilie garnieren und servieren.



## **Final-Dessert: „Heiße Rum-Marzipan-Zwetschge mit Eischnee“ von Alexandra Ehlert**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Rum-Marzipan-Zwetschge:*

200 g	Zwetschgen
1	Zitrone
25 g	Marzipanrohmasse
2 EL	brauner Rum
	Butter, zum Einfetten

#### *Für den Eischnee:*

1	Zitrone
1	Ei
40 g	Zucker
1 Prise	Salz

### **Zubereitung**

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Rum-Marzipan-Zwetschgen die Soufflégörmchen mit der Butter einfetten.

Die Zwetschgen putzen, entkernen und vierteln. Die Zitrone waschen und die Zesten mit dem Zestenreißer von der Schale kratzen. Anschließend die Zwetschgen mit dem Rum, dem Marzipan und dem Zitronensaft, sowie einigen Zesten mischen und in die Förmchen geben.

Für den Eischnee das Ei trennen und das Eiweiß mit einer Prise Salz und dem restlichen Zitronenabrieb steif schlagen. Anschließend den Zucker vorsichtig untermengen. Die Eiweißmischung auf die Zwetschgen geben und die Förmchen für zehn Minuten im Ofen backen bis die Eiweißspitzen golden werden.

Die Rum-Marzipan-Zwetschgen mit Eischnee möglichst heiß servieren.



## **Final-Vorspeise: „Gemüse-Feta-Päckchen mit Joghurt-Dip“ von Dominique Matthes**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Gemüse-Feta-Päckchen:*

1	Blätterteig
1	Möhre
3	Lauchzwiebeln
1	Zwiebel
1 Zehe	Knoblauch
1	Zitrone
1	Orange
50 g	getrocknete Datteln
200 g	Feta
1 EL	Milch
2 EL	Butter
1	Ei
2 Stängel	Petersilie
2 Stängel	Koriander
2 EL	Sesamsamen
	Olivenöl, zum Anbraten
2 Stängel	Minze
	Kreuzkümmel, zum Abschmecken
	Kräuter der Provence, zum Abschmecken
	Cayennepfeffer, zum Abschmecken
	Pfeffer, aus der Mühle
	Salz, aus der Mühle

#### *Für den Joghurt-Dip:*

100 ml	Naturjoghurt (3,5%)
2 Stängel	Minze
	Kreuzkümmel, zum Abschmecken
	Pfeffer, aus der Mühle
	Salz, aus der Mühle
2 Stängel	Minze, zum Garnieren
5	Datteln, zum Garnieren

### **Zubereitung**

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Gemüse-Feta-Päckchen den Blätterteig auslegen. Die Möhren schälen und die Lauchzwiebel in kleine Ringe schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und zusammen mit den Datteln klein schneiden. Den Feta mit den Händen in einer Schale zerbröseln. Anschließend eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und das Gemüse darin zwei Minuten scharf anbraten.

Den Saft der Zitrone auspressen. Die Orange waschen und mit einem Zestenreißer Teile der Orangenschale abziehen. Den Koriander und die Petersilie klein hacken und mit dem Feta und den Datteln vermengen. Die Orangenzesten und



den Zitronensaft beimengen und mit Cayennepfeffer, Kreuzkümmel, Kräutern der Provence und Salz abschmecken. Anschließend das Ei trennen und das Eiweiß unter die Füllung geben.

Das Eigelb mit der Milch verquirlen und beiseite stellen.

Von dem Blätterteig anschließend in Kreise ausschneiden und jeweils einen gehäuften Teelöffel von der Füllung in die Mitte legen und den Teig zu einem Halbkreis zusammenlegen. Die Teigenden mit den Spitzen einer Gabel aneinander drücken.

Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Teigtaschen darauf verteilen. Anschließend mit der Ei-Milch-Mischung bestreichen und mit dem Sesam bestreuen. Das Blech für 15 Minuten in den Ofen geben.

Für den Dip den Joghurt mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer würzen. Die Minze klein hacken und untermischen.

Die Gemüse-Feta-Päckchen mit Joghurt-Dip auf Tellern anrichten, mit Minzblättern und Dattelstückchen garnieren und servieren.