



| Die Küchenschlacht - Menü am 27. Mai 2014 | „Hauptgerichte“ Björn Freitag

Hauptgericht: „Schweinefilet im Prosciutto-Salbei-Mantel mit Polentatörtchen und gedünsteten Äpfeln“ von Laura Oberhofer

Zutaten für zwei Personen

300 g	Schweinefilet
250 g	Polenta
8 Scheiben	Prosciutto di San Daniele
2	Äpfel, Jonagold, süß
3 EL	Butter
2	Eier
50 g	Parmesan
200 ml	Milch
100 ml	Sahne
200 ml	Gemüsefond
10 Blätter	Salbei
	Butter, zum Einfetten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Äpfel waschen, entkernen und in Scheiben schneiden.

Den Schweinslungenbraten waschen, trocken tupfen, leicht pfeffern und salzen. Den Braten in den Schinken einwickeln, anschließend die Salbeiblätter abzupfen und in die einzelnen Scheiben einfügen.

Eine Auflaufform mit Butter ausstreichen, die Apfelscheiben darin platzieren und den eingewickelten Braten auf die Äpfel legen. Anschließend in den Ofen geben und ein an der Oberseite leicht angefeuchtetes Backpapier darüber legen.

Die Eier trennen und das Eiweiß steif schlagen. Den Parmesan reiben.

Den Gemüsefond zusammen mit der Milch und der Sahne aufkochen, anschließend mit dem Salz und dem Pfeffer abschmecken. Die Polenta dazugeben, kurz aufkochen lassen, fünf Esslöffel Parmesan darunter mischen und anschließend den Eischnee unterheben. Die Soufflécörmchen mit der Masse füllen und mit dem restlichen Parmesan bestreuen. Die gefüllten Cörmchen zehn Minuten in den Backofen geben. Anschließend den Braten und die Polentatörtchen aus dem Ofen nehmen.

Den Schweinslungenbraten im Prosciutto-Salbei-Mantel auf einem Teller anrichten, zusammen mit dem Polentatörtchen servieren.



Hauptgericht: „Frikadellen mit Kartoffelstampf und Feldsalat“ von Wolfram Schattschneider

Zutaten für zwei Personen

500 g	Hackfleisch, gemischt
5	Kartoffeln, mehlig kochend, mittelgroß
250 g	Feldsalat
2	Zwiebeln
1	Zitrone
2	Eier
200 g	Butter
200 ml	Milch
2 Scheiben	Toastbrot, weiß
100 g	Semmelbrösel
200 ml	Sonnenblumenöl
	Sonnenblumen Margarine, zum Braten
	Muskatnuss, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen, in einer ausreichenden Menge Salzwasser gar kochen, anschließend das Wasser abgießen. Die Kartoffeln mit der Butter und der Milch zerstampfen, im Anschluss mit etwas Muskatnuss, dem Salz und dem Pfeffer abschmecken.

Eine Zwiebel abziehen, klein schneiden und in einer Pfanne mit Sonnenblumen Margarine anschwitzen. Das Toastbrot klein schneiden, die Eier aufschlagen und zusammen mit den Zwiebeln in das Hackfleisch geben. Anschließend mit den Semmelbröseln vermengen, zu Frikadellen formen und in der Pfanne ausbraten. Die Frikadellen im Backofen ruhen lassen.

Währenddessen den Feldsalat waschen und trocken schleudern.

Für das Salatdressing die übrige Zwiebel abziehen und klein schneiden. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Den Zitronensaft mit dem Sonnenblumenöl vermengen, anschließend eine gekochte Kartoffel zerstampfen, dazu geben und zu einem Dressing verrühren.

Zuletzt die Frikadellen mit dem Kartoffelpüree auf einem Teller anrichten, dazu den Feldsalat reichen, das Salatdressing darüber geben und servieren



Hauptgericht „Lammspieße mit Minz-Taboulé und Dattel-Pesto“ von Sabine Heise

Zutaten für zwei Personen

200 g	Lammfilet
130 g	Bulgur
1	gelbe Paprika
1	Kirschtomate
3	Datteln
2	Schalotten
1	Knoblauchzehe
30 g	Pinienkerne
50 g	Parmesan
4	Rosmarinzweige
6 Stiele	Petersilie
2 Zweige	Oregano
3 Stiele	Minze
65 ml	Gemüsebrühe
1	Limette
5 EL	Olivenöl
½ TL	Kreuzkümmel, gemahlene
1 TL	Fleur de Sel
1 TL	Paprikapulver, edelsüß
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Lammfilet waschen, trocken tupfen und in mundgerechte Stücke schneiden, anschließend in etwas Olivenöl kurz scharf anbraten und danach in den Backofen stellen.

Die Paprika waschen, das Kerngehäuse sowie die weißen Trennwände entfernen und klein schneiden. Eine Schalotte abziehen, ebenfalls klein schneiden und anschließend zusammen mit den Paprika Stücken im Bratenfond gar ziehen lassen. Anschließend die Rosmarinnadeln, bis auf das obere Endstück abtrennen und die Zweige zur Seite legen. Die abgetrennten Rosmarinnadeln mit in die Pfanne geben und gar ziehen lassen.

Das Lammfilet aus dem Ofen nehmen, anschließend das Gemüse und die Lammstücke abwechselnd auf die Rosmarinzweige spießen.

Den Bulgur in einer ausreichenden Menge Salzwasser kochen. Die Tomate waschen und in sehr kleine Stücke schneiden. Die zweite Schalotte abziehen und ebenfalls klein schneiden. Die Limette halbieren und den Saft auspressen. Die Minze sowie die Petersilie fein hacken, anschließend mit den Schalotten und den Tomaten unter den Bulgur rühren und mit etwas Limettensaft abschmecken.

Die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken, den Parmesan grob hobeln und die übrige Petersilie sowie den Oregano fein hacken. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldgelb anrösten, anschließend fein hacken. Die Knoblauchstücke und die Pinienkerne zusammen mit der Gemüsebrühe, dem Parmesan, dem Oregano, der Petersilie und drei Esslöffeln Olivenöl zu einem Pesto verrühren. Die Datteln entkernen, grob hacken und unter das Pesto geben. Das Pesto mit dem Salz, dem Paprikapulver und Kreuzkümmel kräftig abschmecken.

Die Lammspieße zusammen mit dem Minz-Taboulé und dem Dattel-Pesto auf einem Teller anrichten. Mit etwas Minze garnieren, anschließend servieren.



Hauptgericht: „Schweinelende mit Kartoffeltalern und Egerlingen“ von Ude Biedinger

Zutaten für zwei Personen

1	Schweinelende, à circa 400 g
6 Scheiben	Schwarzwälder Schinken, dünn
4	Kartoffeln, mehlig kochend, mittelgroß
500 g	Egerlinge, klein
2	Schalotten
100 g	Mandelblättchen
100 g	Semmelbrösel
2	Eier
200 ml	Sahne
1 TL	Worcestersauce
1 Bund	Petersilie
1 Zweig	Rosmarin
	Rapsöl, zum Anbraten
	Muskatnuss, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Schweinelende waschen, trocken tupfen und in etwas dickere Scheiben schneiden. Anschließend mit Salz sowie Pfeffer würzen. Die Eier aufschlagen, mit etwas Muskat und Worcestersauce verrühren. Die Semmelbrösel mit den Mandelblättchen vermischen und die Fleischtaler darin panieren. Etwas Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und das panierte Fleisch darin von allen Seiten anbraten.

Die Egerlinge putzen und in dünne Scheiben schneiden. Die Schalotten abziehen und fein würfeln. Die Schinkenscheiben ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Die Petersilie waschen und klein schneiden. Den Schinken zusammen mit den Schalotten in etwas Rapsöl anschwitzen, die Pilze und die Petersilie dazugeben, mit der Sahne verfeinern, anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken und das Pilzgemüse weiter köcheln lassen.

Die Kartoffeln waschen, schälen und in gleichmäßige Scheiben reiben, anschließend trocken tupfen und in einer Pfanne warm werden lassen. Die Kartoffelscheiben fächerförmig übereinander lappend in der Pfanne anrichten und mit dem Salz, dem Pfeffer und etwas Rosmarin würzen. Diese bei niedriger Hitze goldgelb anbraten. Anschließend mit Hilfe eines Tellers die fächerförmig angelegten Kartoffelscheiben stürzen und wieder in die Pfanne zurückgeben. Die helle Seite ebenso goldgelb anbraten und warmstellen.

Die Kartoffelscheiben ringförmig auf einem Teller anrichten, anschließend die Pilze und die Fleischtaler in die Mitte geben und servieren.



Hauptgericht: „Seeteufelmedaillons im Speckmantel mit Risotto, Tomatenmarmelade und Beurre blanc“ von Georg Krüger

Zutaten für zwei Personen

350 g	Seeteufelfilet
4 Scheiben	durchwachsener Speck
300 g	Risottoreis
300 g	Tomaten
100 g	Schalotten
1	Knoblauchzehe
100 g	Parmesankäse
50 g	Butter
100 g	tiefgefrorene Butter
1 Zweig	Estragon
1 Zweig	Minze
800 ml	Fischfond
20 ml	Sojasauce
20 ml	Olivenöl
	Salz, zum Abschmecken
	Pfeffer, zum Abschmecken

Zubereitung

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Tomaten kreuzweise einritzen und kurz in dem kochenden Wasser blanchieren. Anschließend die Haut abziehen und entkernen. Das Tomatenfleisch würfeln und mit der Sojasauce, etwas kleingehackter Minze, dem Olivenöl, sowie je einer Prise Salz und Pfeffer vermischen. Die Knoblauchzehe abziehen, fein hacken und etwas davon unter die Tomatenmarmelade rühren.

Die Schalotten ebenfalls abziehen und fein hacken. Den Parmesan reiben. Den Fischfond in einem Topf erhitzen. Etwas von der Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Schalotten darin anschwitzen. Den Reis zugeben, ebenfalls kurz anschwitzen und mit etwas warmem Fischfond ablöschen. Den Fond nach und nach zugeben, bis er vollständig vom Reis aufgenommen worden ist.

Das Seeteufelfilet waschen und trocken tupfen. Von allen Seiten leicht pfeffern und jeweils mit einer Scheibe Speck umwickeln. Die restliche Butter in einer weiteren Pfanne erhitzen und die Medaillons darin von beiden Seiten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Parmesan reiben und zusammen mit der Hälfte der gefrorenen Butter unter das Risotto geben. Die übrige gefrorene Butter in den restlichen Fischfond geben und pürieren.

Den Seeteufel zusammen mit dem Risotto sowie der Tomatenmarmelade auf einem Teller anrichten. Die Beurre blanc darüber geben und servieren.