



| Die Küchenschlacht - Menü am 18. August 2014 | „Leibgerichte“ Alfons Schuhbeck

Leibgericht: „Rinderfilet in der Pfefferkruste mit Kartoffelspalten und Rucolasalat“ von Jörg Stechow

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

2	Rinderfilets, à 200 g
2 Zweige	Rosmarin
150 g	schwarzer Pfefferkörner, getrocknet
125 ml	Rotwein, trocken
125 ml	dunkler Balsamico
1 TL	Crema de Balsamico
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle

Für die Kartoffelspalten:

5	festkochende Kartoffeln, mittelgroß
	Butter, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Salat:

125 g	Rucola
6	Kirschtomaten
8	Austernpilze
3 EL	Olivenöl
1 ½ EL	dunkler Balsamico
3 EL	Crema di Balsamico
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Einen Topf mit Salzwasser für die Kartoffeln aufsetzen. Die Kartoffeln schälen, in Spalten schneiden und kochen, bis sie fast gar sind.

Die Rinderfilets waschen und trocken tupfen. Die schwarzen Pfefferkörner im Mörser mit dem Stößel grob zermahlen und die Rinderfilets darin wälzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die beiden Rosmarinzwige hinzugeben und das Fleisch darin von beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend auf einen Teller legen und zum Ruhen in den Ofen geben. In die Pfanne mit dem Bratensaft den Balsamico und den Rotwein geben und alles kurz aufkochen lassen. Zum Schluss noch einen Teelöffel Crema de Balsamico unterrühren.

Die Kartoffelspalten in einer Pfanne mit Butter gold-braun anbraten und mit Pfeffer und Salz würzen.

Die Austernpilze mit etwas Sesamöl in eine Pfanne geben und scharf anbraten. Den Rucola waschen und von den dickeren Stilenden befreien. Die Kirschtomaten waschen und halbieren. Die Austernpilze, den Rucola und die Kirschtomaten in eine Schüssel geben. Den Balsamico und das Olivenöl mit Salz und Pfeffer vermengen und über den Salat geben.

Das Rinderfilet in Pfefferkruste mit Kartoffelspalten und Rucola-Salat auf Tellern anrichten und mit der Crema di Balsamico garnieren.



Leibgericht: „Tomaten-Tagliatelle mit Pesto, Pinienkernen und Ofentomaten“ von Vanessa Hansen

Zutaten für zwei Personen

Für die Tomatentagliatelle:

200 g Weizenmehl
2 Eier
2 EL Tomatenmark
100 ml Sahne
Olivenöl
evtl. Wasser
Salz, aus der Mühle

Für die Ofentomaten:

400 g Cherrytomaten
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Pesto:

1 Bund Basilikum
1 Knoblauchzehe
50 g Pinienkerne
100 g Parmesan
200 ml Olivenöl, extra vergine
1 TL Salz
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

50 g Parmesan
50 g Pinienkerne

Zubereitung

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Salzwasser in einem Topf für die Nudeln zum Kochen bringen.

Das Mehl, die Eier, das Tomatenmark und das Olivenöl mit dem Handrührgerät so lange rühren, bis es keine Klumpen mehr gibt. Danach von Hand kneten, bis der Teig eine homogene Masse ergibt, je nach Konsistenz beziehungsweise Trockenheit einige Tropfen Wasser beimengen. Den fertigen Nudelteig in Klarsichtfolie einwickeln und für einige Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Die Cherrytomaten waschen, trocken tupfen, kreuzförmig einritzen und nebeneinander in eine Auflaufform setzen. Salzen, pfeffern und im vorgeheizten Ofen auf der untersten Schiene etwa 20 Minuten garen lassen.

Den Nudelteig aus dem Kühlschrank nehmen, die Klarsichtfolie entfernen und den Teig mit einem Nudelholz ausrollen. Anschließend durch eine Nudelmaschine geben, bis er etwa einen Millimeter dick ist. Den Teigklappen einrollen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche in gleichmäßig dicke Scheiben schneiden, sodass Tagliatellenester entstehen. Die Nudeln in das siedende Salzwasser geben und al dente kochen.

Für das Pesto die Blätter vom Basilikum zupfen, waschen und trocken tupfen. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Den Basilikum, sowie den Knoblauch zusammen mit den Pinienkernen, dem Olivenöl sowie dem Salz pürieren. Den Parmesan fein reiben und unter das Pesto rühren.

Die Nudeln zusammen mit dem Pesto in einer Pfanne erhitzen und mit der Sahne abschmecken.

Die restlichen Pinienkerne in einer Pfanne goldbraun anrösten. Die Tomaten aus dem Ofen nehmen.

Die Tomatentagliatelle zusammen mit den Tomaten auf einem Teller anrichten. Die Pinienkerne sowie den Parmesan darüber geben und servieren.



Leibgericht: „Kabeljaufilet mit Risotto“ von Franz Eberhardt

Zutaten für zwei Personen

Für den Kabeljau:

- 2 Kabeljaufilets, à 200 g, mit Haut
- Butter, zum Anbraten
- Sonnenblumenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Risotto:

- 500 g Risottoreis
- 1 Zitrone
- 2 Schalotten
- 2 Zweige Petersilie
- 1000 ml Gemüsefond
- 500 ml Weißwein
- Butter, zum Anbraten
- Sonnenblumenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Gemüsefond in einem Topf erwärmen, aber nicht kochen lassen. Die Schalotten abziehen und fein hacken. Etwas Sonnenblumenöl mit etwas Butter in einem Topf erhitzen und die Schalotten darin anschwitzen. Den Reis zugeben und dünsten lassen bis die Körner glasig sind. Mit dem Weißwein ablöschen. Nach und nach mit dem Fond auffüllen bei geringer Hitze und einköcheln lassen. Die Zitrone waschen, trocken tupfen und etwas von der Schale abreiben. Das Risotto abschließend mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronenabrieb abschmecken.

Den Kabeljau waschen und trocken tupfen. Etwas Sonnenblumenöl mit etwas Butter in einer Pfanne erhitzen. Den Fisch erst auf der Hautseite in dem heißen Fett anbraten, dann wenden und einige Minuten weiter braten. Den Fisch mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Petersilie waschen, trocken tupfen und einige Blätter abzupfen. Die Zitrone in Scheiben schneiden.

Den Kabeljau zusammen mit dem Risotto auf einem Teller anrichten. Mit der Petersilie und den Zitronenscheiben garnieren und servieren.



Leibgericht: „Piccata milanese mit Spaghetti und Tomatensauce“ von Petra Krönung

Zutaten für zwei Personen

Für die Piccata:

2	Hähnchenbrustschnitzel
100 g	Parmesan
2 EL	Mehl
5	Eier
3 EL	Butterschmalz
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Spaghetti mit Tomatensauce:

250 g	Spaghetti
5 reife	Tomaten
2	Knoblauchzehen
1 kleine	Zwiebel
3 Zweige	Thymian
1/2 Bund	Basilikum
3 Zweige	Oregano
1 TL	Kräutersalz
1 EL	Butter
100 ml	Sahne
100 g	Mozzarella
	Rucola, zum Garnieren
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Salzwasser für die Spaghetti in einem Topf zum Kochen bringen. Wasser für die Tomaten in einem weiteren Topf zum Kochen bringen.

Die Tomaten mit einem Messer einritzen und kurz in das kochende Wasser geben, anschließend häuten und beiseite legen. Die Zwiebel abziehen und würfeln. Die Knoblauchzehen ebenfalls abziehen und durch die Presse drücken. Etwas Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel und den Knoblauch darin andünsten, die geschälten Tomaten dazu geben, mit den abgezupften Thymiannadeln, den abgezupften und gehackten Basilikumblättern, dem abgezupften Oregano, dem Kräutersalz und Pfeffer würzen und für etwa zehn Minuten einkochen lassen. Die Sahne und die Butter unterziehen. Den Mozzarella würfeln und unter die Sauce rühren.

Die Spaghetti in dem kochenden Salzwasser garen, bis sie al dente sind.

Die Hähnchenbrustschnitzel waschen, trocken tupfen, salzen und pfeffern und in dem Mehl wenden. Die Eier in eine Schüssel geben und mit dem geriebenen Parmesan verrühren, anschließend die Hähnchenbrustschnitzel darin wenden. In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen und die Schnitzel darin braten. Den Rucola waschen und trocken tupfen.

Die Spaghetti zusammen mit der Tomatensauce und den Hähnchenbrustschnitzeln auf einem Teller anrichten. und servieren.



Leibgericht: „Gefülltes Schweinefilet mit Rosmarinkartoffeln“ von Sören Zaspel

Zutaten für zwei Personen

Für die gefüllten Schweinefilets:

2	Schweinefilets, à 175 g
400 g	Kirschtomaten
1	Knoblauchzehen
300 g	Fetakäse
100 g	Crème fraîche
2	Eier
1 Bund	Basilikum
1 Bund	Rosmarin
50 ml	Gemüsefond
	Stärke, zum Andicken
	Butterschmalz, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Rosmarinkartoffeln:

500 g	Kartoffeln
2 EL	getrockneter Rosmarin
50 ml	Olivenöl
	Meersalz, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Schweinefilets das Fleisch waschen, trocken tupfen und von allen Seiten salzen und pfeffern. Die Knoblauchzehe abziehen halbieren und das Fleisch damit einreiben. Die Rosmarinnadeln abzupfen, auf das Fleisch streuen und einmassieren.

Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin circa 15 Minuten rundherum braten. Die Tomaten waschen, trocken tupfen, den Strunk herausschneiden, und in Scheiben schneiden. Die Blätter vom Basilikum zupfen, waschen und trocken tupfen. Die Hälfte der Blätter fein hacken. Den Fetakäse ebenfalls in Scheiben schneiden. Die Eier trennen. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und in Zentimeterabständen tief einschneiden. Abwechselnd die Tomatenscheiben, Basilikumblätter und Fetascheiben einlegen und in eine Auflaufform geben. Die restlichen Tomaten mit in die Form legen. Den restlichen Fetakäse würfeln und zusammen mit den gehackten Basilikum, den Eigelben, dem Fond sowie der Crème fraîche verrühren. Die Sauce über das gefüllte Fleisch gießen und alles in den vorgeheizten Backofen geben, bis der Käse leicht braun wird.

Für die Rosmarinkartoffeln, die Kartoffeln waschen und vierteln. Das Olivenöl zusammen mit den Rosmarin und etwas Meersalz über die Kartoffeln geben und darin marinieren. Die marinierten Kartoffeln auf ein Backblech geben und für circa 20 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben.

Die gefüllten Schweinefilets zusammen mit den Rosmarinkartoffeln auf einem Teller anrichten und servieren.



Leibgericht: „Eier in Senfsauce mit Fleischböllern und Kartoffeln“ von Marcella Selis

Zutaten für zwei Personen

Für die Eier in Senfsauce:

6	Eier
1 Bund	Dill
1 Kästchen	Kresse
20 g	Senfkörner
100 g	Mehl
100 g	Senf
100 g	Butter
500 ml	Milch
250 ml	Gemüsefond
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Fleischböllern

300 g	gemischtes Hack
1	Brötchen vom Vortag
1	Ei
1	Zitrone
1	Zwiebel
1 Bund	Petersilie
100 g	Parmesan
1 TL	Senf
100 ml	Milch
	Paprika edelsüß, zum Abschmecken
	Currypulver, zum Abschmecken
	Butterschmalz, zum Anbraten
	Butter, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Kartoffeln:

500 g	festkochende Kartoffeln
	Salz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 130 Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln waschen, schälen, viertel und in einer ausreichenden Menge Salz gar kochen.

Für die Fleischböllern das Ei mit der Milch verrühren und das altbackene Brötchen darin einweichen. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen. Die Petersilie waschen, trocken tupfen und fein hacken. Den Parmesan reiben. Die Zitrone waschen, trocken tupfen und etwas von der Schale abreiben. Das Brötchen ausdrücken und mit dem Hackfleisch vermengen. Die gedünstete Zwiebeln, den Parmesan, die Petersilie, je eine Prise Paprika- und Currypulver, etwas Zitronenabrieb zu der Hackmasse geben. Alles gut vermengen und anschließend zu Kugeln formen. Etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Hackbällchen darin von allen Seiten anbraten. Anschließend in den vorgeheizten Backofen zum Weitergaren geben.

Die Eier in einer ausreichenden Menge Wasser hart kochen. die Butter in einem Topf schmelzen, das Mehl hineinsieben und mit glatt rühren. Mit dem Gemüsefond und der Milch auffüllen und einkochen lassen. Die Senfkörner in einer Pfanne anrösten. Den Dill waschen, trocken tupfen und fein hacken. Beides zusammen mit dem Senf sowie einer Prise Muskatnuss in die Sauce rühren und einige Minuten köcheln lassen. Die Eier abgießen, abschrecken, pellen und einige Minuten in der Sauce ziehen lassen.

Die Eier mit der Sauce zusammen mit Fleischböllern sowie den Kartoffeln auf einem Teller anrichten und servieren.