



## | Die Küchenschlacht - Menü am 2. September 2014 | „Vorspeisen“ Mario Kotaska

**Hauptgericht:** „Panierter Mozzarella mit Tomatensalsa und Basilikumpesto“ von Nina Kreska

### Zutaten für zwei Personen

#### Für den Mozzarella:

2 Kugeln	Mozzarella
2 EL	Mehl
50 g	Zwieback
1	Ei
½ Bund	Basilikum
	Öl, zum Frittieren
	Salz, Pfeffer, Oregano

#### Für die Salsa:

3	Cherrytomaten
1	kleine milde Peperoni
1	rote Zwiebel
½ Bund	Koriander
1	Zitrone
2 EL	Olivenöl
1 Prise	Zucker

#### Für das Pesto:

1 Bund	Basilikum
4 EL	Pinienkerne
1	Knoblauchzehe
30 g	Parmesan
	Meersalz
50 ml	Olivenöl
	Pfeffer, aus der Mühle

### Zubereitung

Für das Pesto die Basilikumblätter abzupfen, dabei ein wenig für die Garnitur beiseitelegen. Den Knoblauch schälen, den Parmesan reiben. Beides zusammen mit den Pinienkernen in einem größeren Mörser zerstoßen, nach und nach etwas Salz und den Parmesan einarbeiten und zum Schluss das Öl in dünnem Strahl zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Salsa die Tomaten waschen, den Stielansatz ausschneiden und das Fruchtfleisch fein würfeln. Die Peperoni längs halbieren, entkernen und ebenfalls fein würfeln. Die Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Alles in eine Schüssel geben. Nun den Koriander fein hacken, die Zitrone auspressen. Einen Esslöffel Koriander und zwei Esslöffel Olivenöl zu den Tomaten geben und das Ganze mit Zitronensaft, Zucker und Meersalz abschmecken.

Die Mozzarellakugeln gut abtropfen lassen, salzen, pfeffern und in Mehl wenden. In einem Blitzhacker den Zwieback zu feinen Bröseln verarbeiten. Das Ei verquirlen und den Mozzarella zunächst durch das verquirlte Ei ziehen und danach in den Semmelbröseln wälzen. Einen Topf mit Öl erhitzen und die Mozzarellakugeln in dem heißen Öl circa fünf Minuten goldbraun frittieren.

Den Mozzarella mit der Tomatensalsa und dem Pesto auf Tellern anrichten. Mit frischem Basilikum garniert servieren.



## **Vorspeise: „Rote-Bete-Risotto mit Jakobsmuscheln und Koriander-Petersilien-Pesto“ von Stephan Scheying**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für das Jakobsmuscheln:*

5	Jakobsmuscheln
30 g	Butter
3 EL	Mehl
	Olivenöl, zum Anbraten
	mittelgrobes Meersalz
	Schwarzer Pfeffer

#### *Für das Risotto:*

120 g	Carnaroli Reis
1	frische Rote Bete
2	Schalotten
50 ml	Rotwein
6 EL	Olivenöl
8 EL	Honig
800 ml	Gemüsebrühe
40 g	geriebener Parmesan
30 g	kalte Butter
30 g	Ziegenfrischkäse
1 Zweig	frischer Rosmarin
1 TL	getrockneter Rosmarin
30g	frischer Meerrettich
20g	Pinienkerne
	schwarzer Pfeffer

#### *Für das Pesto:*

1 Bund	Koriander
1 Bund	glatte Petersilie
1 Stängel	Zitronengras
1 Stück	Ingwer (ca. 3 cm)
1	Limette
1	kleine grüne Thai Chilischote
1 TL	Zucker
3 EL	Sonnenblumenöl
2 EL	Sonnenblumenkerne
	Zucker, Salz

### **Zubereitung**

Für das Risotto den Gemüsefond aufkochen. Die Schalotten abziehen und fein würfeln, in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen. Die Rote Bete schälen und fein würfeln, zu den Schalotten geben und mit Honig karamellisieren. Mit getrocknetem Rosmarin würzen. Anschließend den Reis hinzufügen und anbraten. Danach mit einem Schuss Rotwein ablöschen und diesen einreduzieren lassen. Den Vorgang zweimal wiederholen. Nach und nach den heißen Gemüsefond dazugeben und unter häufigem Rühren einreduzieren lassen, bis der Reis beinahe bissfest ist. Den Parmesan reiben und zusammen mit der kalten Butter unter das Risotto rühren.



Die Pinienkerne in einer kleinen Pfanne ohne Fett vorsichtig rösten. Sobald die Kerne goldbraun sind, Öl, Honig, Salz und Rosmarin zugeben. Gründlich rühren und auf dem Herd lassen, bis das Karamell eine schöne goldbraune Farbe annimmt. Alles auf ein Stück Backpapier geben und abkühlen lassen.

Für das Pesto die Petersilienblätter abzupfen, den Koriander und die Chili grob hacken. Den Ingwer schälen und fein würfeln. Zitronengras von äusseren harten Blättern befreien, das weiche untere Drittel fein schneiden. Den Saft der Limette auspressen. Nun alle Zutaten in einen Blitzhacker geben und zu einer cremigen Paste verarbeiten. Mit Salz abschmecken.

Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen. Die Jakobsmuscheln an den flachen Seiten leicht mehlieren und von beiden Seiten goldbraun anbraten. Zum Ende hin einen Stich Butter dazugeben und die Jakobsmuscheln mit der zerlaufenen Butter beträufeln. Zuletzt mit Meersalz und Pfeffer würzen.

Das Risotto auf Tellern anrichten, mit geriebenem Meerrettich, Pinienkernen und Ziegenkäse garnieren, daneben die Jakobsmuscheln und das Pesto anrichten.



## **Vorspeise: „Dreierlei vom Lachs“ von Katrin Bunner**

### **Zutaten für zwei Personen**

300g Lachsfilet, ohne Haut

#### *Für die Aromapäckchen:*

1 kleine Burrata  
1 kleine Zucchini  
2 Zweige Basilikum  
50 g Pinienkerne  
150 g getrocknete Tomaten in Öl  
1 EL Tomatenmark  
1 Knoblauchzehe  
1 rote Chilischote  
50 ml Olivenöl  
Salz, Pfeffer  
Piment d'Espelette

#### *Für das Tatar:*

1 kleine Salatgurke  
50 g Crème fraîche  
50 ml Olivenöl  
2 TL Wasabipaste  
3 Zweige Dill  
1 Zitrone  
1 Schalotte  
Koriandersamen  
½ Limette  
1 TL Rohrzucker  
Salz  
Pfeffer  
Chilipulver

#### *Für das Carpaccio:*

100 ml Olivenöl  
½ Limette  
1 Beet Shiso-Kresse oder Kapuzinerkresseblüten  
Fleur de Sel, weißer Pfeffer

Crème fraîche, zur Garnitur  
Balsamicoreme, zur Garnitur

### **Zubereitung**

Vom Lachs zwei schöne Stücke à 50 Gramm für das Aromapäckchen zurechtschneiden. Vom restlichen Lachs sechs Würfel für das Carpaccio abschneiden. Den Rest für das Tatar kleinhacken.

Für die Aromapäckchen ein rotes Pesto herstellen. Dafür die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten und die Knoblauchzehe abziehen, die Chilischote entkernen. Alles zusammen mit dem Tomatenmark, 50 Milliliter Olivenöl und zwei Esslöffeln Wasser fein pürieren. Danach das Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Zucchini in Scheiben schneiden und in einer Grillpfanne mit etwas Olivenöl anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Burrata in Scheiben schneiden. Die Lachsfiletstücke von allen Seiten mit rotem Pesto bestreichen. Zwei Bögen Backpapier rund ausschneiden und jeweils mit drei bis vier Scheiben Zucchini fächerförmig belegen. Darauf jeweils ein bis zwei Scheiben Burrata, den Pestolachs und obenauf je ein Basilikumblatt schichten. Mithilfe von Küchengarn kleine Päckchen binden und im Dampfgarer vier bis sechs Minuten dämpfen.



Für das Tatar die Gurke halbieren und entkernen. Danach die Gurke in Scheiben hobeln und Crème fraîche und Wasabi unterrühren. Den Dill fein hacken, die Zitrone auspressen. Die Gurken mit Salz, Pfeffer, Zucker, Dill und Zitronensaft abschmecken und zehn Minuten ziehen lassen.

Die Lachswürfel fein hacken. Die Schalotte abziehen und fein würfeln. Die Koriandersamen im Mörser fein mahlen. Nun den kleingehackten Lachs mit den Schalotten und den Koriandersamen vermengen. Die Limette auspressen und den Lachs mit Olivenöl, etwas Limettensaft, Salz, Pfeffer und Chili abschmecken.

Für das Carpaccio die Lachswürfel zwischen zwei Bögen Pergament plattieren und auf dem Teller mittig anrichten. Aus Olivenöl, dem restlichen Limettensaft, Salz und Pfeffer ein Dressing herstellen und das Tatar damit bestreichen.

Nun das Tatar auf Tellern anrichten. Hierzu Edelstahlringe mit Pergament auskleiden, den Gurkensalat einfüllen, darauf das Tatar und als Abschluss Shisokresse/Kapuzinerkresse-Blüten darauf verteilen. Das Carpaccio und die Aromapäckchen ebenfalls auf den Tellern platzieren.



## **Vorspeise: „Thunfisch mit Zimt-Sesam-Kruste, Mango-Chili-Salat und Sommerrollen“ von Benedikt Strehle**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für den Thunfisch:*

200 g	Thunfisch
1 TL	Zimt
1 EL	heller Sesam
1 EL	schwarzer Sesam
1 TL	Fleur de Sel
1 TL	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für den Salat:*

1	Mango
1	Orange
1	Schalotte
1 Bund	Minze
1 Bund	Koriander
1	rote Paprika
2	rote Chilischoten
1 EL	Olivenöl
2 EL	weißer Balsamico
	Salz

#### *Für die Frühlingsrollen:*

4 Blätter	Reispapier
1	Karotte
100 g	Sojasprossen
150 g	Tofu
1	Pak Choi
1	rote Chilischote
2	Frühlingszwiebeln
70 g	Ingwer
1 EL	Sesamöl
1 EL	Fischsauce
1	Limette
50 ml	Sojasauce
1	Knoblauchzehe
	Salz, Pfeffer

### **Zubereitung**

Für den Salat die Mango schälen, vom Kern lösen und fein würfeln. Die Schalotte abziehen und fein hacken. Die Minze und den Koriander ebenfalls fein hacken, dabei ein paar Korianderstiele für die Garnitur beiseitelegen. Die Paprika fein würfeln, die Chilischote entkernen und ebenfalls fein würfeln. Salz, Balsamico und Olivenöl zu einer Marinade verrühren. Alle Zutaten zu einem Salat vermischen und circa 25 Minuten ziehen lassen.

Für die Frühlingsrollen das Reispapier in kaltem Wasser einweichen lassen. Die Karotte schälen und zusammen mit dem Pak-Choi in Streifen schneiden. Die Chilischote entkernen und eine Hälfte zusammen mit den Frühlingszwiebeln in kleine Ringe schneiden. Den Tofu würfeln und zusammen mit dem anderen Gemüse in einer Pfanne etwas Sesamöl kurz anbraten.

Den Ingwer schälen und in feine Streifen schneiden. Einen Großteil Ingwer zusammen mit den Sojasprossen mit in die Pfanne geben und kurz mitanbraten. Die Limette auspressen und das Gemüse mit der Hälfte des Limettensafts, Salz, Pfeffer und Fischsauce würzen.



Die Sojasauce mit dem restlichen Ingwer und etwas Limettensaft verrühren. Eine halbe Knoblauchzehe abziehen und in feine Scheiben schneiden. Den Knoblauch und die verbliebenen Chilistreifen zu der Sauce geben. Nun das Reispapier trockentupfen und das Gemüse darauf verteilen. Das Reispapier einschlagen und aufrollen.

Nun den Thunfisch zubereiten. Hierfür Salz, Pfeffer und Zimt mischen und auf einen Teller geben. Beide Sesamsorten mischen und ebenfalls auf einen Teller geben. Den Thunfisch so portionieren, dass er nach dem Braten in Scheiben geschnitten werden kann. Den Thunfisch hiernach in der Gewürzmischung wälzen, bis er davon vollständig überzogen ist. Anschließend mit etwas Wasser befeuchten und in dem Sesam wälzen, dabei gut andrücken.

Nun den Thunfisch in einer beschichteten Pfanne ohne Fett von allen Seiten anbraten, dabei darauf achten, dass der Thunfisch von innen rot bleibt (alternativ kann auch etwas Olivenöl verwendet werden). Zuletzt den Thunfisch in dünne Scheiben schneiden.

Den Thunfisch mit dem Mango-Chili-Salat auf Tellern anrichten. Ein wenig Orangenschale darüber reiben und das Ganze mit Koriander garnieren. Dazu die Sommerrollen mit der Sojasauce servieren.



### **Vorspeise: „Herzhafter Muffin mit Spinatsalat“ von Romina Marx**

#### **Zutaten für zwei Personen**

160 g	Spinat
6	Kirschtomaten
1	kleine Zwiebel
40 g	Mortadella
40 g	Mehl
20 g	Ricotta
1	Muskatnuss
1	Ei
40 g	Milch
20 ml	Wasser
2 EL	Balsamico
2 EL	Olivenöl
1 TL	Senf
	Muskatnuss
	Salz, Pfeffer
	neutrales Öl

#### **Zubereitung**

Den Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen.

Mehl in eine Schüssel geben, salzen und pfeffern. Dann Ei, Milch und Wasser dazugeben und das Ganze zu einem glatten Teig verarbeiten.

Einen Teelöffel neutrales Öl in jede Mulde einer Muffinform geben und in den vorgeheizten Backofen stellen. Den Teig in die heißen Mulden gießen und 15 Minuten backen.

Derweil den Spinat waschen und grob hacken. Die Zwiebel abziehen, fein hacken und in einer Pfanne mit einem Esslöffel Olivenöl andünsten. Nun die Hälfte des Spinates dazugeben und diesen mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Die Mortadella würfeln.

Den Spinat aus der Pfanne nehmen und mit Mortadella und Ricotta vermischen. Das Muffinblech aus dem Ofen nehmen, die Spinat-Ricotta-Masse auf die Muffins verteilen und für weitere fünf Minuten in den Backofen stellen.

Den restlichen Spinat in eine Schüssel geben. Die Tomaten halbieren und dazugeben. Aus Balsamico, zwei Esslöffeln Olivenöl, Senf, Salz und Pfeffer ein Dressing anrühren und den Salat damit verfeinern.

Die fertigen Muffins mit dem Spinatsalat zusammen servieren.