

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 19. April 2022** ▪
Leibgericht mit Johann Lafer



Patrick Nüser

Tagliatelle mit Tomatensauce und Auberginenklößen

Zutaten für zwei Personen

Für die Sauce:

300 ml passierte Tomaten
 1 TL Tomatenmark
 1 TL Reissirup
 1 Schalotten
 ½ Knoblauchzehe
 ¼ TL Chiliflocken
 ½ TL Paprikapulver
 1 TL Oregano
 ½ Bund Basilikum
 1 EL Rapsöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 230 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Schalotten und Knoblauch abziehen und fein hacken. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Rapsöl in einer Pfanne bei mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und Schalotten und Knoblauch darin für ungefähr eine Minute anbraten. Tomatenmark und Reissirup dazugeben und für eine weitere Minute unter ständigem Rühren anbraten. Passierte Tomaten dazu geben und mit Chiliflocken, Paprikapulver, Oregano, und Salz und Pfeffer abschmecken. Das Ganze für ca. 10 Minuten einkochen.

Für die Auberginen:

2 Auberginen
 2 Knoblauchzehen
 1 Ei
 50 g Ricotta
 30 g Parmesan
 5 g Petersilie
 1 EL Mehl
 50 g helle Semmelbrösel
 75 ml Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Parmesan reiben. Auberginen vom Strunk befreien, in feine Stücke hacken und mit dem Öl und einer Prise Salz und Pfeffer vermischen. Auf einem Backblech für 20 Minuten (nach 10 Minuten wenden) rösten. Die Auberginenstücke im Anschluss fein zerkleinern, kurz abkühlen lassen und mit Semmelbrösel, Ricotta, Parmesan, Petersilie, Ei, Mehl und Knoblauch zu einem Teig vermengen. Aus der Masse ca. 8 kleine Klöße formen. Klöße in einer Pfanne von allen Seiten bei mittlerer Hitze anbraten bis sie von allen Seiten braun sind.

Für die Tagliatelle:

200 g feines Weizenmehl, Type 00
 2 Eier
 Salz, aus der Mühle

Mehl mit den Eiern und einer Prise Salz mit einer Gabel vermengen, bis eine bröselige Masse entsteht. Dann mit den Händen für 5 bis 10 Minuten kneten bis ein glatter Teig entsteht. Den Teig in zwei gleichgroße Bälle teilen und jeden Ball der Länge nach bis zu einer Stärke von ca. 1 bis 2 mm ausrollen. Anschließend den ausgerollten Teig in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Die Tagliatelle für 2 Minuten in gesalzenes, kochendes Wasser geben, abgießen und kurz durch die Sauce ziehen.

Für die Garnitur:

15 entsteinte Kalamata-Oliven
 10 g Parmesan
 ¼ Bund Basilikum

Parmesan reiben. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und zupfen. Oliven hacken.

Tagliatelle zusammen mit den Klößen und Sauce auf Teller anrichten und mit Parmesan, Basilikum und Oliven dekoriert servieren.



Charlotte Fuhrmann

Ravioli mit Walnuss-Ricotta-Füllung, brauner Butter und Rote-Bete-Creme

Zutaten für zwei Personen

Für den Nudelteig:

130 g Weizenmehl, Type 405
70 g Hartweizengrieß
2 Eier, Zimmertemperatur
½ EL Olivenöl
½ EL lauwarmes Wasser
1 Prise Salz

Das Mehl, Hartweizengrieß, 2 Eier, Olivenöl, Salz und ½ EL lauwarmes Wasser mit einer Gabel vermischen und danach für mindestens 5 Minuten miteinander verkneten. Zu einer Kugel formen und diese in Frischhaltefolie im Kühlschrank ca. 10-15 Minuten ruhen lassen. Den Teig durch eine Nudelmaschine geben, bis er etwa 1-2 mm dick ist.

Für die Füllung:

150 g Walnusskerne
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
150 g Ricotta
100 g Parmesan
1 Ei
Muskatnuss, zum Reiben
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ei trennen und dabei das Eigelb auffangen. Zwiebel und Knoblauch abziehen, fein würfeln und in Olivenöl braten.

Parmesan reiben. Walnüsse hacken und mit Ricotta, Eigelb und Parmesan vermischen. Anschließend die Zwiebel-Knoblauch-Mischung hinzugeben und alles mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Fertigstellung:

1 Ei
Salz, aus der Mühle

Ei trennen und dabei das Eiweiß auffangen. Nudelteig mit Hilfe eines Ravioli-Ausstechers befüllen und den Rand mit Eiweiß bestreichen. Für 2-4 Minuten in Salzwasser kochen.

Für die Rote-Bete-Creme:

300 g vorgegarte Rote Bete
1 Knoblauchzehe
1 Chilischote
1 Zitrone
20 g Frischkäse
Weißweinessig, zum Abschmecken
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und hacken. Chilischote abbrausen, der Länge nach halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Knoblauch und Chili in Olivenöl erhitzen und anbraten. Dill abbrausen und trockenwedeln.

Knoblauch-Chili-Mischung, Rote Bete, Frischkäse und Dill in einen Mixbecher geben und alles fein pürieren. Mit Weißweinessig, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Creme in eine Pfanne geben und kurz erhitzen.

Für die Butter:

200 g Butter

Butter in einen Topf geben, schmelzen und braun werden lassen.

Für die Rote-Bete-Chips:

1 frische Rote Bete
Salz, aus der Mühle
Neutrales Öl, zum Frittieren

Rote Bete schälen und dünn hobeln. In heißem Fett frittieren und mit Salz würzen.

Für die Garnitur:

1 Beet Kresse

Kresse schneiden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



David Eibeck

Rouladen vom Jungbullen mit mediterraner Füllung, Kartoffelbrei und Fenchelsalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Rouladen:

2 möglichst dünne Jungbullenfilets aus der Oberschale, à 120-150 g

Für die Füllung:

200 g Weißbrot
100 g Parmesan
50 g Pinienkerne
50 g Rosinen
1 Bund glatte Petersilie
2 EL Olivenöl
Salz aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Das Fleisch flach klopfen und die zwei Scheiben halbieren, sodass man vier kleinere Scheiben erhält.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blätter von den Stängeln trennen und nur die Blätter mit einem Wiegemesser ganz fein hacken.

Die Rinde vom Brot entfernen und das Innere in kleine Stücke reißen, diese in eine Schüssel geben und mit ca. 200 ml Wasser anfeuchten.

Parmesan hineinreiben, Pinienkerne, Petersilie und Rosinen dazugeben. Salz, Pfeffer und Olivenöl hinzufügen und das Ganze ein paar Minuten lang kneten, sodass Pinienkerne und Rosinen gut verteilt werden. Falls es zu trocken ist, etwas Wasser nachschütten.

Daraufhin formt man vier „Würste“ aus der Füllung und legt jeweils eine in eine der Fleischscheiben, rollt diese zu und verschließt sie mit einem Zahnstocher. Wenn etwas Füllung übrigbleibt, kann man diese für die Sauce aufheben. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Rouladen kurz von allen Seiten anbraten.

Für die Sauce:

2 Schalotten
1 Karotte
1 Selleriestaude
50 ml Weißwein
Olivenöl, zum Anbraten
Salz aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Schalotten abziehen und der Länge nach halbieren. Karotte schälen und der Länge nach vierteln. Falls sie sehr lang ist, nochmal der Breite nach halbieren. Den unteren Teil der Selleriestaude abschneiden, den Rest waschen und der Länge und der Breite nach halbieren.

Sobald die Rouladen angebraten sind, aus der Pfanne nehmen, etwas Olivenöl nach Bedarf in die Pfanne geben und darin sofort die Schalotten, Karotte und Selleriestaude anbraten. Sobald diese beginnen, weich zu werden, die Rouladen wieder dazutun und mit einem Schuss Weißwein ablöschen. Wenn dieser beginnt, zu verdampfen, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz etwas Saft aus dem Gemüse austreten lassen, dann den restlichen Wein dazu gießen. Das Ganze kurz ordentlich aufkochen lassen, dann die Hitze reduzieren und ziehen lassen.

Tipp: Wenn etwas Füllung übriggeblieben ist, kann man diese nun hineingeben und in dem Wein auflösen lassen, dadurch wird die Sauce cremiger. Wenn sie zu trocken wird, mit etwas Wasser strecken. Dann ggf. nochmal salzen.

Für den Kartoffelbrei:

4 mehlig kochende Kartoffeln
¼ Sellerieknolle
100 g Parmesan
75 ml Milch
30 g Butter
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle

Parmesan reiben. Sellerieknolle und Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in leicht gesalzenem Wasser kochen. Wenn die Kartoffel- und Selleriewürfel weich sind, aus dem Wasser nehmen und stampfen. Anschließend nach und nach erst die Butter, dann die Milch, dann Parmesan und zuletzt Salz und etwas Muskatnuss hineinrühren.

Für den Fenchelsalat: Den Fenchel waschen und von unten beginnend horizontal in sehr dünne Scheiben schneiden. Den oberen Teil kann man weglassen.

1 Fenchelknolle
1 Orange
8-10 Kapern, in Salz eingelegt
50 g Feldsalat
 $\frac{1}{2}$ Zitrone
20 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fenchelscheiben auf einen flachen, breiten Teller legen und mit etwas Öl, Salz und Pfeffer marinieren. Orange schälen, filetieren und auf den Fenchel legen. Kapern von Salz befreien und abbrausen. Feldsalat abbrausen, trockenwedeln. Beides auf die Orangen legen. Zitrone halbieren, auspressen und Zitronensaft mit Olivenöl abschließend über alles geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Katharina Otto

Gebackene Süßkartoffel mit Rote Bete und Trüffel-Mayonnaise

Zutaten für zwei Personen

Für die Süßkartoffeln:

2 große Süßkartoffeln
1 Knoblauchzehe
2 Zweige Oregano
Zwei Zweige Rosmarin
5 EL Olivenöl
2 TL Rohrzucker
2 TL Paprikapulver
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen.

Knoblauch abziehen und hacken. Oregano und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Olivenöl, Oregano, Rosmarin, Knoblauch, Rohrzucker und Paprikapulver in eine Rührschüssel geben und vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Süßkartoffeln schälen, halbieren und mit Marinade bestreichen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und ca. 15 Minuten garen. Süßkartoffeln aus dem Backofen nehmen und das Innere mit einer Gabel zerdrücken.

Für die Rote Bete:

250 g vorgegarte Rote Bete
Salz, aus der Mühle

Rote Bete in Julienne schneiden und in eine Rührschüssel geben. Mit Salz abschmecken und bis zum Servieren ziehen lassen.

Für die Mayonnaise:

2 Eier
1 TL mittelscharfer Senf
50 g Crème Fraîche
150 ml Olivenöl
30 ml Trüffelöl
½ TL Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Eier trennen. Eigelbe in ein hohes Gefäß geben, Salz, Pfeffer, Senf und Zucker dazugeben. Das Öl langsam einmischen bis eine feste Masse entsteht. Trüffelöl dazu geben, mixen und mit Crème Fraîche abschmecken.

Für die Garnitur:

25 g Pinienkerne
¼ Bund Schnittlauch

Pinienkerne in einer Pfanne bei mittlerer Hitze ca. 2 - 3 Minuten rösten bis sie goldbraun sind. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Süßkartoffeln auf Teller anrichten, Rote Bete und Trüffelmayonnaise darauf geben und mit Pinienkernen und Schnittlauch garniert servieren.



Torsten Rühl

„Nordkap Traum“: Kabeljau-Lasagne mit warmen Salatherzen und Basilikumpesto

Zutaten für zwei Personen

Für die Tomatensauce:

4 Fleischtomaten
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
100 g Crème fraîche
1 Zweig Rosmarin
1 Prise Zucker
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Zwiebel abziehen und würfeln. Tomaten ebenfalls würfeln. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln.

Zwiebel in einer hohen Pfanne in Olivenöl anbraten, Tomaten dazu geben, gut andünsten und Rosmarin dazu geben. Durchschwenken und Crème fraîche untermischen. Knoblauch abziehen, pressen und mit etwa der Hälfte davon Tomatensauce würzen. Anschließend mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken und zur Seite stellen. Rosmarin wieder entfernen.

Für die Fetasauc:

250 g Fetakäse
100 g Crème fraîche
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Feta in Würfel schneiden, in einem Topf mit Olivenöl geben und erhitzen. Crème fraîche unterheben und mit dem restlichen Knoblauch der Tomatensauce würzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zur Seite stellen.

Für den Fisch:

500 g Kabeljaufilet, ohne Haut
1 Zweig Rosmarin
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Öl in eine Pfanne geben, erhitzen und Rosmarin dazu geben. Kabeljau mit Salz und Pfeffer würzen und kurz in der Pfanne anbraten.



Aufgrund von Überfischung und abnehmenden Beständen kategorisiert WWF den **Kabeljau** nicht als „Gute Wahl“, sondern lediglich „2. Wahl“ (Stand: Februar 2022):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Barentssee (I), Norwegische See (II) -Küstennahe Fischerei (Stellnetze, Langleinen)
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Belte und Sunde (IIIb & IIIc), Westlich von Bornholm (III d.24), Zentrale Nordsee (IVb) (Stellnetze)

Für die Pasta:

150 g Weizenmehl
100 g Hartweizengrieß
4 Eier
1 TL Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Mehl und Grieß in eine Schüssel geben und eine Mulde bilden. Drei ganze Eier trennen und 1 Eigelb, 1 ½ EL Wasser, Salz und Öl zum Mehl geben und verkneten bis er formbar ist. Teig kurz ruhen lassen.

Teig ausrollen und zu Platten schneiden. Lasagne in eine Auflaufform wie folgt schichte: Tomatensauce, Fetasauc, Fisch und Nudelplatte. Das Ganze zwei Mal wiederholen. Im Backofen für 25 Minuten goldgelb backen.

Für das Pesto: Basilikum abbrausen und trockenwedeln. Limette halbieren und auspressen. Öl und Basilikum in eine hohe Schüssel und mit einem Stabmixer cremig mixen und mit Salz, Zucker und Limettensaft abschmecken.

- 1 Bund Basilikum
- 1 Limette
- 80 ml Olivenöl
- 1 Prise Zucker
- Salz, aus der Mühle

Für die Salatherzen: Salatherzen teilen und in einer Pfanne in Olivenöl kurz anbraten. Parmesan reiben und mit Meersalz über die Salatherzen geben.

- 2 Salatherzen
- 50 g Parmesan
- 2 TL Meersalzflocken
- Olivenöl, zum Anbraten

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.