

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 20. Oktober 2022 ▪  
Tagesmotto „Warenkorb“ mit Johann Lafer

## Warenkorb

Entenbrust  
Muskatkürbis  
Kartoffeln  
Äpfel  
frische Cranberrys  
Strudelblätter  
Malzbier  
Griechischer Joghurt  
Heller & dunkler Sesam  
Koriander  
Orangenlikör  
Currypulver

## Basics

Eier	Sahne	Milch
Butter	Mehl	Stärke
Schalotten	weiße Zwiebeln	rote Zwiebeln
Ingwer	Knoblauch	Zitrone   Limette   Orange
Rotwein	Weißwein	Weißweinessig
Honig	Senf	Gemüse- und Fleischfond
Olivenöl	neutrales Öl	Parmesan
Muskatnuss	Lorbeer	Thymian
Rosmarin	Petersilie	Chili, aus der Mühle
Zucker	Salz	Schwarzer Pfeffer



**Cordula Pollok**

## **Exotische Kürbissuppe mit Entenbruststreifen, Kartoffelstroh und Cranberry-Kompott**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für die Entenbruststreifen:**

1 Entenbrustfilet à ca. 250-300 g  
 1 Zweig Thymian  
 1 Zweig Rosmarin  
 1 TL Honig  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 170-180 Grad Umluft vorheizen.

Entenbrust waschen, trockentupfen und Haut rautenförmig einschneiden, salzen. Entenbrust mit der Hautseite nach unten in die kalte Pfanne legen und ungefähr 5-7 Minuten braten bis die Haut schön braun ist, dabei Hitze reduzieren. Dann die Entenbrust wenden und 2-3 Minuten auf der Fleischseite braten. Die Haut mit Honig bestreichen und auf den Gitterrost im Backofen legen. Thymian und Rosmarin dazugeben. 10-15 Minuten bei 170-180 Grad, bis eine Kerntemperatur von 63 Grad erreicht ist. Entenbrust aus dem Ofen nehmen, würzen und 5-10 Minuten ruhen lassen. Dann gleichmäßig in Streifen schneiden.

### **Für die Kürbissuppe:**

300-400 g Muskatkürbis  
 1 Zwiebel  
 1 Knoblauchzehe  
 1 rote mittelscharfe Chilischote  
 1 kleine Knolle Ingwer  
 2 Orangen  
 1 Limette  
 100 ml Sahne  
 1-2 EL Butter  
 400 ml Geflügelfond  
 1 TL Honig  
 1 EL scharfes Currypulver  
 1 EL mildes Currypulver  
 1 Zweig Thymian  
 ½ Bund Koriander  
 Muskatnuss, zum Reiben  
 2 EL neutrales Öl  
 Chili, aus der Mühle  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kürbis schälen, Fruchtfleisch würfeln.

Zwiebeln abziehen und würfeln, Knoblauch abziehen. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und alles 4 Minuten andünsten. Currypulver und eine dicke Scheibe Ingwer dazugeben und etwas geriebenen Ingwer, sowie einige Thymianblättchen und Salz.

Mit Geflügelfond ablöschen und aufkochen, Hitze reduzieren. Orangen- und Limettenschale abreiben, anschließend Orangen auspressen und 100 ml Orangensaft dazugeben, etwas Chilischote und weiter 15 Minuten köcheln lassen. Ingwer entfernen. Suppe pürieren und mit Salz, Honig und Pfeffer abschmecken. Sahne dazugeben und Suppe nochmals aufschäumen.

Butter, Orangenabrieb und Limettenabrieb, sowie etwas Muskatnuss dazu. Korianderstiele klein schneiden und dazugeben. Chilischote in kleine Ringe schneiden und in die Suppe geben. Nochmals mit Salz und Chili aus der Mühle abschmecken.

**Für das Kartoffelstroh:** Die rohen Kartoffeln schälen und auf einer Mandoline in feine Streifen zu „Stroh“ hobeln, ungefähr 1 mm dick und 5-6 cm lang.  
2 mittelgroße festkochende Kartoffeln  
Öl, zum Frittieren  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle  
Kartoffelstroh kurz wässern, abseihen und gut trockentupfen.  
Anschließend in der Fritteuse bei 170 Grad goldgelb ausbacken, auf  
Küchenkrepp abtropfen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

**Für das Kompott:** Cranberrys waschen, in einen Topf geben und zusammen mit dem  
200 g frische Cranberrys  
100 g Zucker  
Zucker und 100 ml Wasser auf mittlerer Stufe köcheln lassen. Für 15  
Minuten einköcheln, je nach Belieben noch etwas Wasser hinzugeben.

Suppe in tiefen Tellern anrichten mit Korianderblättern und frischen  
kleinen Chiliringen, Kartoffelstroh und Entenbruststreifen und dem  
Kompott garniert servieren.



**Thomas Löhr**

## **Frittierte Entenbrustpralinen mit Kartoffel-Kürbis-Stange und Cranberry-Sauce**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für Entenbrustpraline:**

1 Entenbrust, à 200 g  
 1 Apfel  
 1 Zwiebel  
 1 Stück Ingwer  
 1 Ei  
 1 EL Honig  
 2 EL heller und dunkler Sesam  
 2 Zweige Rosmarin  
 2 Lorbeerblätter  
 2 EL Mehl  
 Neutrales Öl, zum Frittieren  
 Currypulver, zum Abschmecken  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Haut von der Entenbrust lösen und die Entenbrust in Würfel schneiden. Die Würfel mit Salz und Pfeffer würzen und in einem Dämpfer mit Lorbeerblätter und Ingwer dämpfen. Entenbrust nach ca. 8 Minuten aus dem Dämpfer nehmen. Apfel schälen, würfeln und in etwa gleich große Stücke wie die Entenbrust schneiden. Entenbrust mit Honig glasieren und mit Currypulver würzen. Zwiebel schälen und fein hacken. Apfelstücke auf die Entenbrustwürfel legen sowie ein kleines Stück Zwiebel. Mit einem kleinen Spieß oder Zahnstocher fixieren. Mehl und Sesam in einer kleinen Schale mischen. Ein Ei verquirlen und dieses mit Salz, Pfeffer, Currypulver und Rosmarin würzen. Entenbrust erst in Mehl, dann im Ei und anschließend nochmal in Mehl-Sesam panieren. Öl in einer in einer Fritteuse erhitzen und Pralinen darin goldbraun backen.

### **Für Kartoffel-Kürbis-Stange:**

200 g mehligkochende Kartoffeln  
 200 g Muskatkürbis  
 2 Blätter Strudelteig  
 1 Ei  
 Muskatnuss, zum Reiben  
 2 Prisen Zucker  
 Currypulver, zum Abschmecken  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln und Kürbis schälen, klein schneiden und in einem Topf mit Wasser garkochen. Anschließend abgießen, stampfen und mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Zucker und Currypulver würzen.

Ei trennen. Strudelblättereig ausbreiten und eine Linie des Kartoffel-Kürbis-Stampfes mit einem Löffel entlang ziehen. Dann zu einer Stange rollen und die Enden mit Eiweiß verkleben. Die Stange im Backofen so lange backen, bis der Teig die gewünschte Bräune erreicht hat. Danach die Stangen halbieren.

### **Für die Sauce:**

100 g Cranberrys  
 1 rote Zwiebel  
 50 ml Sahne  
 150 ml Gemüsefond  
 1 EL Weißweinessig  
 1 Zweig Rosmarin  
 1 Prise Zucker  
 Olivenöl, zum Anbraten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen, würfeln und in Öl mit Zucker karamellisieren.

Cranberrys hinzufügen und mit Gemüsefond ablöschen. Sahne hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und Rosmarin abschmecken. Das Ganze einkochen lassen und etwas Essig beifügen. Danach mit einem Pürierstab pürieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Olga Scheiermann**

## **Gebratene Entenbrust mit Ofen-Kürbis und Orangen-Reduktion**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Kürbis:**

250 g Muskatkürbis  
 1 EL Butter  
 2 EL Honig  
 1 EL Currypulver  
 2 Zweige Thymian  
 1 Zweig Koriander  
 Heller und dunkler Sesam  
 3 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Muskatkürbis halbieren, entkernen, den Warben entlang in Scheiben zerteilen, diese ggf. noch einmal halbieren und in etwa 1-1,5 cm dicke Würfel schneiden. Koriander zupfen und hacken. In einer Pfanne mit Olivenöl, Butter und Salz, Pfeffer, Honig, Sesam, Koriander und Curry marinieren. Thymian dazugeben. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und für 10 Minuten in den Ofen schieben.

### **Für Entenbrust:**

2 Entenbrüste, à 200 g  
 1 Orange  
 1 EL Honig  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Entenbrustfilets waschen, abtupfen und das überstehende Fett sauber abschneiden. Die Ente mit der Hautseite nach oben auf ein Schneidebrett legen. Nun die Haut vorsichtig diagonal über das Filet einritzen ohne dabei in das Fleisch zu schneiden. Das Filet um die Achse drehen und diagonal in die andere Richtung einritzen, so dass ein Rautenmuster entsteht. Entenbrust von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer einreiben und mit der Hautseite nach unten in eine heiße Pfanne legen und bei niedrigerer bis mittlerer Hitze erhitzen. Orange in Scheiben schneiden. Wenn das Fett anfängt auszutreten, Orangenscheiben und Honig dazu geben.

Wenn die Haut schön braun ist die Filets herausnehmen und bis auf die Hautseite in Alufolie wickeln, dann im auf 120 Grad Umluft vorgeheiztem Backofen rasten lassen. Die Innentemperatur sollte 54 Grad erreichen.

### **Für die Reduktion:**

3 Orangen  
 60 ml Orangenlikör

Orangen auspressen und Saft in der Pfanne mit Orangenlikör bis zur richtigen Konsistenz reduzieren, bzw. einkochen.

### **Für die Garnitur:**

1 Orange  
 2 Zweige Thymian  
 Chili, aus der Mühle

Orangenschale reiben. Gericht mit Orangenabrieb, Thymian und Chili garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und mit Chili, Thymian und Orangenabrieb garniert servieren.

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 20. Oktober 2022** ▪  
**Zusatzgericht von Johann Lafer**



**Frühlingsröllchen von der Ente mit Apfel-Kürbis-Chutney**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für das Chutney:**

200 g Kürbis  
 2 Äpfel  
 100 g frische Cranberrys  
 30 g Ingwer  
 200 ml Malzbier  
 20 ml Orangenlikör  
 30 g Zucker  
 3-4 Zweige Koriander  
 Chili, aus der Mühle  
 Salz, aus der Mühle

Den Zucker in einer Pfanne auf höchster Stufe erhitzen bis er eine goldbraune Farbe annimmt und zu schäumen beginnt. Mit Malzbier ablöschen und Zucker darin auflösen, bzw karamellisieren lassen. Kürbis grob reiben. Apfel mit Schale grob reiben. Beides zum Zucker geben. Geriebener Ingwer dazugeben. Mit Chili und Salz abschmecken und zum Schluss Cranberrys unterheben. Chutney köcheln lassen. Es sollte pikant und fest sein. Koriander klein schneiden, 2 EL unterheben und Chutney mit Orangenlikör abschmecken.

**Für die Röllchen:**

2 Entenbrüste, à 350 g  
 8 Blätter Strudelteig  
 50 g Griechischer Joghurt  
 1 gehäufte TL Currypulver  
 3-4 Zweige Koriander  
 50 g heller Sesam  
 50 g dunkler Sesam  
 500 ml Pflanzenöl  
 Chili, aus der Mühle  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Öl in einem Topf auf 180 Grad erhitzen.

Entenbrüste durch den Fleischwolf mit grober Scheibe geben. Mit Curry, Salz, Chili und Pfeffer würzen und griechischen Joghurt unterheben. Koriander grob schneiden und 2 EL dazugeben. Strudelteig hinlegen, mittig durchschneiden. Die Füllung in die Mitte des Strudelteiges geben, links und rechts einklappen, mit Wasser befeuchten und stramm nach hinten zu einem Röllchen rollen.

Alternativ kann man den Strudelteig auch über Eck wie bei einem Päckchen klappen und aufrollen. Rolle befeuchten, in Sesam wälzen und im Fett goldgelb ausbacken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.