



| Die Küchenschlacht - Vorspeisen vom 13. Januar 2009 |

Vorspeise: „Venezianische Fischsuppe“ von Walter Volkmann

Zutaten für zwei Personen

2	Rotbarben, geschuppt, ausgenommen
1	Wolfsbarsch, geschuppt, ausgenommen
1	Dorade, geschuppt, ausgenommen
2	Fleischtomaten
1	Orange, unbehandelt
1	Gemüsezwiebel
1 Stange	Lauch
1 Knolle	Sellerie
4 Scheiben	Weißbrot
3 Zehen	Knoblauch
1	Lorbeerblatt
1 L	Fischfond
100 ml	Olivenöl
0,5 g	Safran
5 Zweige	Thymian
80 g	Butter
20 g	Parmesan
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Fische waschen, trocken tupfen und filetieren. Anschließend in löffelgroße Stücke schneiden und kühl stellen.

Die Tomaten vom Strunk befreien, an der Oberseite kreuzweise einritzen und in siedendem Wasser kurz blanchieren. Anschließend die Haut abziehen, vom Kerngehäuse befreien und in Streifen schneiden.

Einige Zesten von der Orange reißen. Eine Knoblauchzehe abziehen und fein schneiden. Die Gemüsezwiebel und den Lauch abziehen. Den Sellerie schälen. Das Gemüse in feine Streifen schneiden. In einem Topf das Olivenöl erhitzen und darin das Gemüse, ohne Farbe nehmen zu lassen, dünsten. Mit dem Fischfond auffüllen und das Ganze zehn Minuten kochen lassen. Den Safran, das Lorbeerblatt, die Orangenzesten, den Knoblauch und den Thymian hinzugeben.

Aus dem Weißbrot Ringe ausstechen. Zwei Knoblauchzehen abziehen und fein würfeln. Die Butter in einer Pfanne zerlassen und das Brot darin rösten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Währenddessen den Parmesan reiben. Die Toastkreise aus der Pfanne nehmen und mit dem Parmesan bestreuen.

Thymian, Lorbeerblatt und die Orangenschale aus der Suppe nehmen. Kurz vor dem Servieren die Tomatenstreifen in die Suppe geben.

Die Venezianische Fischsuppe in tiefen Tellern anrichten. Das Brot dazu reichen und servieren.



Vorspeise: „Feldsalat mit Pancetta und Tomaten-Basilikum-Frittata“ von Christoph Reuther

Zutaten für zwei Personen

300 g	Feldsalat
4 Scheiben	Pancetta
5	Eier
1	Orange, unbehandelt
1 Zehe	Knoblauch
500 g	Tomaten
150 g	Joghurt, natur
125 g	Mozzarella
2 EL	Olivenöl
4 Zweige	Dill
4 Zweige	Petersilie, kraus
5 Zweige	Basilikum
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Feldsalat waschen, trocken schleudern und die Blätter von den harten Enden befreien. Den Pancetta von Fettstreifen befreien, in Streifen schneiden und unter den Salat mengen.

Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Die Tomaten vom Grün befreien, an der Oberseite kreuzweise einritzen und kurz darin blanchieren. Anschließend die Haut abziehen, von den Kernen befreien und würfeln. Die Hälfte des Olivenöls in einer Pfanne erhitzen, die Tomaten hineingeben, salzen und fünf Minuten dünsten lassen. Dann herausnehmen und beiseite stellen.

Den Mozzarella in kleine Würfel schneiden und den Basilikum zupfen und klein hacken. Die Eier in einer Schüssel verquirlen. Die Tomaten, den Mozzarella und den Basilikum hinzufügen. Das Ganze miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das restliche Öl in einer Pfanne erhitzen und die Eier-Tomaten-Mischung dazugeben. Bei mittlerer Hitze stocken lassen. Die fertige Frittata in viereckige, zehn Zentimeter große Stücke schneiden.

Den Dill und die Petersilie fein hacken. Die Orange halbieren und eine Hälfte auspressen. Für die Joghurtsauce den Joghurt mit Dill, Petersilie und zwei Esslöffeln des Orangensafts verrühren. Den Knoblauch abziehen, pressen und hinzufügen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Dressing über den Salat geben und vorsichtig vermengen.

Die Frittata auf den Tellern zusammen mit dem Feldsalat anrichten und servieren.



Vorspeise: „Heringssalat mit Roastbeef“ von Hiltrud Ehlers

Zutaten für zwei Personen

1	Bismarckhering
2	Matjes, in Öl
2	Kartoffeln, festkochend, Belana, vorgegart
2 Scheiben	Roastbeef, Aufschnitt
250 g	Gurken, eingelegt
250 g	Rote Bete, eingelegt
1	Apfel, Jonagorette
4	Eier
2 Scheiben	Vollkorntoast
150 ml	Pflanzenöl
2 EL	Vollmilchjoghurt
0,5 Bund	Dill
1 TL	Senf, mittelscharf
1 TL	Currypulver, mild
1 EL	Öl
	Zucker
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer

Zubereitung

Zwei Eier hart kochen.

Den Fisch waschen, trocken tupfen und würfeln. Die Rote Bete abgießen und den Saft aufsparen. Sowohl die Rote Bete als auch die Gurken fein würfeln. Den Apfel schälen, entkernen und in Würfel schneiden. Das Roastbeef ebenfalls würfeln.

Für die Mayonnaise die restlichen Eier trennen und die Eigelb mit dem Pflanzenöl, dem Joghurt, einer Prise Zucker, Salz und Pfeffer vermengen.

Die Kartoffeln und die Eier pellen und beides wiederum in Würfel schneiden. Diese Zutaten vorsichtig miteinander vermengen und nun die Mayonnaise hinzufügen. Anschließend Fisch, Rote Bete, Gurken, Apfel und Roastbeef damit verrühren.

Den Dill fein hacken und dem Heringssalat hinzufügen. Das Ganze mit dem Senf, Zucker, dem Currypulver und etwas Salz würzen.

Zum Schluss das Öl und etwas Rote Bete Saft hinzugeben. Das Toastbrot toasten.

Den Heringssalat auf den Tellern anrichten, den Vollkorntoast dazu reichen und servieren.



Vorspeise: „Steinbuttröllchen mit Zucchini Blüten“ von Manfred Ramp

Zutaten für zwei Personen

300 g	Steinbuttfilet, küchenfertig
6	Zucchini Blüten
1	Ei
1 Zweig	Rosmarin
3 Zweige	Thymian
100 ml	Fischfond
100 ml	Weißwein, trocken
50 ml	Crème Double
100 g	Butter
100 g	Frischkäse mit Kräutern
1 TL	Dijonsenf
1 EL	Olivenöl
2	Blüten, essbar, Kapuzinerkresse
	Mehl, zum Mehlieren
	Butter, zum Anbraten
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Ofen auf 130 Grad Umluft vorheizen.

Den Fischfond und den Weißwein in eine Pfanne geben und um ein Drittel reduzieren.

Den Fisch waschen, trocken tupfen und in sechs Streifen schneiden. Anschließend salzen, pfeffern und mit Hilfe von Zahnstochern aufrollen. Rosmarin und Thymian zupfen und fein schneiden. Die Fischröllchen in eine Auflaufform setzen, mit den Kräutern bestreuen und das Olivenöl darüber träufeln. Anschließend für 15 Minuten im Ofen garen lassen.

Das Ei aufschlagen. Den Stempel aus den Zucchini Blüten entfernen, mit jeweils einem Teelöffel Frischkäse füllen und durch das Ei ziehen. Die gefüllten Blüten im Mehl wälzen und in zerlassener Butter in einer Pfanne beidseitig eine Minute ausbacken. Anschließend im Ofen warm stellen.

Die Crème Double und den Senf in die Fisch-Wein-Reduktion geben und pürieren. Mit einem warmen Löffel Flocken von der Butter ziehen und hinzufügen. Das Ganze erneut aufschäumen.

Die Steinbuttröllchen von den Zahnstochern befreien und zusammen mit den Zucchini Blüten auf Tellern anrichten. Mit der Sauce beträufeln, der Kapuzinerkresse dekorieren und servieren.



Vorspeise: „Grießnocken mit Tomatensauce und Parmesanchips“ von Charlotte Homann

Zutaten für zwei Personen

50 g	Hartweizengrieß
450 g	Tomaten, geschält, aus der Dose frische
150 g	Staudensellerie
100 g	Frühlingszwiebeln
50 g	Mehl
90 g	Butter, weich
90 g	Parmesan
20 g	Zucker
2	Eier
1 Bund	Basilikum
1	Muskatnuss
1 EL	Olivenöl
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung:

Zuerst den Staudensellerie vom Strunk befreien und klein schneiden. Dann die Frühlingszwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden. Beides mit Olivenöl im Topf glasig dünsten. Eine halben Teelöffel Zucker hinzugeben und kurz mit anschwitzen. Anschließend die Tomaten mit dem Saft dazugeben, salzen, pfeffern und fünfzehn Minuten köcheln lassen.

Währenddessen Basilikum zupfen und fein hacken sowie eine Messerspitze Muskatnuss reiben. Danach 40 Gramm Butter zusammen mit einem Achtel Liter Wasser in einen Topf geben und aufkochen lassen. Den Grieß unter Rühren einstreuen. Die Hitze ausschalten und den Gries so lange rühren bis sich eine feste Masse bildet. Dann die Masse in eine Schüssel geben, die Eier aufschlagen, trennen und die Eigelbe nacheinander unterkneten. Ein Eiweiß für die Parmesanchips aufbewahren. Den Parmesan reiben und knapp die Hälfte davon zusammen mit dem Basilikum unter die Grießmasse rühren. Ein paar Blätter Basilikum für die Garnitur aufsparen. Erneut etwas Muskat reiben und das Ganze mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

In einem Topf Salzwasser aufkochen. Aus der Grießmasse mit einem Esslöffel acht Nocken abstechen. Diese in das Wasser geben und bei milder Hitze acht Minuten ziehen lassen.

Inzwischen für die Parmesanchips das Mehl mit dem restlichen Zucker und anderthalb Teelöffel Salz vermengen. Dann das Eiweiß dazu geben alles zu einer glatten Masse verrühren. Anschließend erst die restliche Butter, dann den restlichen Parmesan untermischen. Den Teig in kleinen dünnen Kreisen in eine mit etwas Butter erhitzte Pfanne geben und von beiden Seiten goldbraun backen. Die fertigen Chips herausnehmen und abkühlen lassen.

Die Grießnocken mit der Tomatensauce auf den Tellern anrichten. Das Ganze mit den Parmesanchips und Basilikumblättern garnieren und servieren.