



| Die Küchenschlacht - Leibgerichte vom 23. Februar 2009 |

Gurken-Fisch-Ragout mit Risotto von Melanie König

Zutaten für zwei Personen

200 g	Schellfischfilet, ohne Haut
150 g	Risottoreis
1	Salatgurke
2	Zwiebeln
10 g	Mehl
1 TL	Zucker
1	Zitrone, unbehandelt
0,5 Bund	Dill
1 Bund	Schnittlauch
525 ml	Gemüsefond
100 ml	Weißwein, trocken
2 EL	Olivenöl
30 g	Butter
1 TL	Worcestershiresauce
75 g	Crème fraîche
1 EL	Senf, körnig-süß
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Zitronenpfeffer

Zubereitung

Den Reis in Salzwasser gar kochen.

Die Salatgurke schälen, halbieren und entkernen. Die Gurkenhälften in Streifen schneiden. Eine Zwiebel abziehen, fein würfeln und in der Butter andünsten. Die Gurkenstreifen zu den Zwiebeln geben und kurz mit andünsten. Das Mehl darüber stäuben und leicht anschwitzen. Abschließend mit 125 Millilitern Fond und der Crème fraîche ablöschen, den Senf unterrühren und das Ganze mit Salz, Pfeffer und dem Zucker verfeinern.

Das Fischfilet waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Die Zitrone halbieren und auspressen. Das Fischfilet mit Salz, Pfeffer, Zitronenpfeffer und einem Teelöffel des Zitronensafts würzen und unter die Gurken heben. Zugedeckt vier Minuten garen lassen. Den Dill hacken und unter das Ragout rühren.

Die restliche Zwiebel abziehen, die Hälfte fein hacken und im Olivenöl anschwitzen. Den Reis dazugeben und glasig braten. Mit dem Weißwein ablöschen und bei mittlerer Hitze weiter garen lassen. Nach und nach unter ständigem Rühren den restlichen Gemüsefond angießen. Die Flüssigkeit sollte vollkommen verkochen.

Den Schnittlauch fein hacken und hinzufügen. Das Ganze mit etwas Salz und Pfeffer und mit der Worcestershiresauce abschmecken.

Das Risotto mit dem Gurken-Fisch-Ragout auf Tellern anrichten und servieren.



Lammkarree mit Thymiankruste auf provenzalischem Gemüse von Hans-Peter Fries

Zutaten für zwei Personen

750 g	Lammrücken, ausgelöst, von Sehnen befreit
750 g	Kartoffeln, mehligkochend
100 g	Oliven, schwarz, entsteint
1	Zucchini
1	Aubergine
1	Paprika, rot
0,5 Bund	Thymian, frisch
4 EL	Paniermehl
5	Schalotten
3 Zehen	Knoblauch
0,5 Bund	Basilikum
1	Muskatnuss
2 EL	Tomatenmark
500 ml	Grundfond
10 EL	Olivenöl
200 ml	Sahne
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen.

Den Thymian zupfen, klein hacken und mit dem Paniermehl und vier Esslöffeln Olivenöl zu einer Paste vermischen.

Den Lammrücken waschen, trocken tupfen, salzen, pfeffern und von beiden Seiten in zwei Esslöffeln Olivenöl anbraten. Die Karrees anschließend auf ein Backblech geben, mit der Thymianpaste dünn bestreichen und in den Backofen geben. Nach zehn Minuten die Temperatur auf 120 Grad herunterregeln.

Für die Sauce den Grundfond in den Bratensatz geben und einkochen lassen.

Das Zucchini und die Aubergine fein würfeln. Die Paprika halbieren, von den Kernen und Scheidewänden befreien und ebenfalls fein würfeln. Zwei Zehen Knoblauch und die Schalotten abziehen, fein schneiden und in zwei Esslöffeln Olivenöl kurz anschwitzen. Dann zuerst die Aubergine-, anschließend Zucchini- und Paprikawürfel hinzugeben. Das Tomatenmark hineinrühren und etwas karamellisieren lassen. Das Basilikum fein hacken und das Ganze mit dem Basilikum, Salz und Pfeffer verfeinern.

Die restlichen Knoblauchzehen abziehen und fein schneiden. Nun die Oliven mit Knoblauch und dem restlichen Olivenöl in einer Moulinette fein pürieren.

Etwas Muskat reiben. Die Sahne aufkochen lassen. Die Kartoffeln abschütten und durch eine Kartoffelpresse in die Sahne drücken. Das Olivenmus hinzugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Das Karree in der Mitte teilen. Auf den Tellern ein Gemüsenest anrichten und die Karrees darauf setzen. Ein paar Püreeknocken seitlich platzieren, mit der Sauce beträufeln und das Ganze servieren.



Kalbsgeschnetzeltes „Züricher Art“ mit Bamberger Hörnchen von Andrea Woisch

Zutaten für zwei Personen

300 g	Kalbsfilet
10	Bamberger Hörnchen
200 g	Champignons, rosé
1	Schalotte
1	Fleischtomate
0,5 Bund	Schnittlauch
2 EL	Mehl
3 EL	Butter
150 ml	Sahne
50 ml	Weißwein, trocken
20 ml	Traubenkernöl
	Paprikapulver
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 50 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und 20 Minuten in Salzwasser gar kochen.

Das Kalbsfilet waschen, trocken tupfen und in schmale Streifen schneiden. Das Fleisch mit Paprikapulver, das Mehl, Salz und Pfeffer würzen.

Die Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. 24 Schnittlauchspitzen schneiden, den restlichen Schnittlauch in feine Ringe schneiden. Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Die Tomate einritzen, blanchieren, anschließend häuten, vierteln, entkernen und in Würfel schneiden. 50 Milliliter Sahne aufschlagen.

Das Traubenkernöl in einer Pfanne erhitzen und das Kalbsfleisch darin gar braten. Anschließend herausnehmen und warm stellen.

Zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne zergehen lassen und die Champignons darin anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Sobald die Champignons gar sind, die Schalottenwürfel dazugeben und kurz mitdünsten. Das Ganze mit dem Weißwein ablöschen und reduzieren lassen. Die restliche Sahne dazugeben und erneut reduzieren lassen. Anschließend das Kalbsfilet hinzufügen. Die geschlagene Sahne untermischen und kurz erhitzen. Abschließend die Schnittlauchringe dazugeben und das Ganze mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Die Bamberger Hörnchen abgießen und kurz in einer Pfanne in der restlichen Butter schwenken.

Das Kalbsgeschnetzelte mit der Sauce und den Pilzen auf Tellern anrichten und mit den Tomatenstücken und den Schnittlauchspitzen garnieren. Die Bamberger Hörnchen in einer separaten Schüssel reichen.



Rücken von der Skudde von Wolfhard Müller

Zutaten für zwei Personen

1 kg	Lammrücken, nicht ausgelöst
2 TL	Estragon, gerebelt
2 TL	Bärlauch, gerebelt
2 Zweige	Rosmarin, getrocknet
2 Zweige	Thymian, getrocknet
6	Paprikaflocken
4 Zehen	Knoblauch
1 Knolle	Ingwer
2	Karotten
1 Stange	Porree
3	Tomaten
1	Zwiebel
2	Schalotten
1	Zwiebel, rot
1	Zucchini
4 Scheiben	Bauchspeck, geräuchert
300 g	Bohnen, TK-Ware
2 EL	Bohnenkraut, gerebelt
4 EL	Kronsbeeren
2 cl	Calvados
2 TL	Dijonsenf
400 ml	Rotwein, Bordeaux
	Olivenöl, zum Anbraten
	Meersalz
	Pfeffer, bunt, aus der Mühle
	Paprikagewürz, edelsüß
	Lammgewürz

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Lammrücken waschen und trocken tupfen. Anschließend zunächst mit dem Calvados, dann mit dem Dijonsenf einreiben. Mit Pfeffer, Paprikagewürz und Lammgewürz verfeinern. Zwei Knochen auslösen.

Zwei Scheiben vom Ingwer mit Schale schneiden. Den Knoblauch abziehen und fein hacken.

Den Lammrücken mit dem Estragon und Bärlauch, dem Rosmarin und Thymian, dem Ingwer, dem Knoblauch und den Paprikaflocken in eine Pfanne geben und darin in Olivenöl langsam anbraten. Das Ganze mit 200 Millilitern Rotwein ablöschen. Zwei Lammknochen hinzufügen und in den Ofen geben.

Die Karotten, den Porree, die Tomaten und die Zucchini würfeln. Die Zwiebeln und die Schalotten abziehen und fein schneiden. Das Ganze in einer Pfanne in Olivenöl anbraten und mit dem restlichen Rotwein ablöschen. Anschließend zu dem Fleisch in den Ofen geben.

Die Bohnen mit einem Esslöffel Bohnenkraut und Meersalz würzen. Anschließend in den Bauchspeck einwickeln und in Olivenöl kurz anbraten. Danach in einen Dämpfeinsatz geben, mit dem restlichen Bohnenkraut würzen und gar kochen.

Den Braten aus dem Ofen nehmen und das Fleisch von den Knochen trennen. Den Bratensaft mit dem Gemüse mischen und in einer Moulinette zu einer Sauce mixen.

Das Fleisch mit den Bohnen und der Sauce auf Tellern anrichten, mit den Kronsbeeren dekorieren und servieren.



Königsberger Klopse mit Pilzsalat von Elke Nienkemper

Zutaten für zwei Personen

250 g	Gehacktes, gemischt
250 g	Schafspilze
4	Kartoffeln, festkochend
40 g	Mehl
1	Ei
1 TL	Semmelbrösel
25 g	Kapern, im Glas
1	Karotte
1 Knolle	Sellerie
2	Schalotten
1 Zehe	Knoblauch
0,5 Bund	Petersilie, glatt
250 ml	Gemüsefond
100 ml	Olivenöl
100 ml	Sahne
2 EL	Balsamicoessig
1 TL	Senf, mittelscharf
1 EL	Tomatenmark
250 ml	Milch
40 g	Butter
2 EL	Puderzucker
	Paprikapulver, edelsüß
	Kräutersalz
	Rohrzucker, braun
	Zucker
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Eine Schalotte und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Das Gehackte mit den Schalottenwürfeln, dem Knoblauch, dem Senf, dem Ei, Salz, Pfeffer, etwas Paprikapulver und Kräutersalz vermischen. Zuletzt die Semmelbrösel hineinkneten. Aus der Masse kleine Klopse formen.

Die Karotte schälen und in kleine Scheiben oder Würfel schneiden. Den Knollensellerie grob würfeln. Beides im Gemüsefond aufkochen. Anschließend die Klopse hinein geben und 15 Minuten garen lassen.

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen.

Die Butter für die Sauce schmelzen und zusammen mit dem Mehl eine Mehlschwitze herstellen. Anschließend mit der Kochbrühe und der Milch des Fleisches ablöschen und die Kapern hinzufügen. Das Ganze einkochen lassen und mit etwas Zucker süßsauer abschmecken.

Die übrige Schalotte abziehen und ohne Fett in der Pfanne glasieren. Die Schafspilze waschen, trocken tupfen und ebenfalls in die Pfanne geben. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen und beiseite stellen.

Für das Dressing den Puderzucker in der Pfanne karamellisieren. Das Tomatenmark und das Balsamicoessig dazugeben. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen und mit Rohrzucker abschmecken. Das Olivenöl und die Sahne unterrühren. Die Petersilie, bis auf ein paar Blätter zum Dekorieren, klein hacken und unter die Masse heben.

Die Königsberger Klopse mit den Salzkartoffeln auf Tellern anrichten. Seitlich dazu den Salat platzieren und mit Petersilienblättern garnieren. Das Ganze servieren.



Wildlachs auf Lauchzwiebeln und Proseccoschaum von Sascha Koltermann

Zutaten für zwei Personen

2	Lachsfilets, à 120 g, ohne Haut
250 g	Kartoffeln, festkochend
2 Bund	Frühlingszwiebeln
2 Zweige	Majoran
4	Tomaten, getrocknet
1	Zitrone, unbehandelt
40 g	Butter
1 EL	Lachskaviar
250 ml	Gemüsefond
200 ml	Sahne
100 ml	Prosecco
50 ml	Weißwein, trocken
1 L	Olivenöl
	Zucker
	Fleur de Sel
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Eine ofenfeste Form mit dem Olivenöl, bis auf einen Esslöffel, füllen und im Ofen erwärmen.

Die Lachsfilets waschen, trocken tupfen und mit dem Fleur de Sel würzen. Die Filets in die Form legen und im Backofen 20 Minuten garen.

Für den Kartoffelsud die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. 125 Milliliter Gemüsefond sowie den Weißwein mit den Kartoffelwürfeln und den Majoranzweigen in einen Topf geben. Mit Salz abschmecken und das Ganze zehn Minuten al dente garen.

Die Tomaten fein schneiden. Die Majoranzweige entfernen und den Kartoffelsud nochmals erhitzen. Anschließend das Ganze mit dem restlichen Öl zum Sud hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Frühlingszwiebeln putzen, beide Enden abschneiden und die Mittelstücke von zehn Zentimetern in der Butter erhitzen. Eine Prise Zucker dazugeben. Die Schale der Zitrone abreiben, anschließend halbieren und auspressen. Den Saft und den restlichen Gemüsefond zu den Frühlingszwiebeln geben. Das Ganze mit der Zitronenschale, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Sahne und den Prosecco mit etwas Fleur de Sel und Zucker aufkochen und anschließend mit einem Pürierstab aufschäumen.

Die Frühlingszwiebeln auf Tellern quadratisch nebeneinander anrichten. Den Lachs aus dem Öl nehmen, abtropfen lassen und auf den Lauch legen. Das Ganze mit dem Prosecco-Schaum beträufeln. Die Kartoffeln dazugeben und mit dem Lachskaviar garniert servieren.