

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 07. März 2019** ▪
Hauptgang & Dessert mit Alexander Kumptner



Tanja Hagelüken

Lammkarree mit Nussbutterkruste, Pflaumensauce und Kartoffelvariation

Zutaten für zwei Personen

Für die Lammkarrees:

- 1 Lammkarrees à 600 g
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Bund Thymian
- 1 Bund Rosmarin
- 200 g weiche Butter
- 40 g Pistazienkerne
- 40 g Pinienkerne
- 40 g Walnüsse
- 40 g Haselnusskerne (ohne Haut)
- Semmelbrösel
- 200 g weiche Butter
- Olivenöl, zum Braten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Heißluft vorheizen.

Lammkarree in Olivenöl von beiden Seiten anbraten. Knoblauch abziehen, Thymian und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch und Kräuter dazu geben. Fleisch aus der Pfanne nehmen und kurz ruhen lassen.

Pistazienkerne, Pinienkerne, Walnüsse und Haselnüsse in einem Mixer zerkleinern. In einer Pfanne kurz anrösten und in der Küchenmaschine mit der Butter und den Semmelbröseln mischen, Salzen und pfeffern, zu einer Platte formen und einfrieren.

Anschließend Lammkarree mit Nussbutter belegen und in den Ofen geben.

Für die Sauce:

- 50 g entsteinte & getrocknete Pflaumen
- 50 ml Rotwein
- 50 ml Portwein
- ½ TL geriebenen Ingwer
- 25 ml süßscharfe Chilisauce
- 1 EL Sojasauce
- 1 EL Ketjab Manis
- 1 Msp. Wasabipulver
- 50 ml Sahne

Pflaumen mit Portwein und Rotwein aufkochen. Ingwer, Chilisauce, Sojasauce, Ketjab Manis, Wasabipulver und Sahne dazugeben, durchsieben und auffangen.

Für die Kartoffeln:

- 6 Drillinge
- 6 mehlig kochende Kartoffeln
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Zweige Rosmarin
- 500 ml Milch
- 1 EL Butter
- Pflanzenfett, zum Frittieren
- Olivenöl, zum Braten
- 1 Muskatnuss
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Mehlige Kartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser köcheln.

Knoblauch abziehen. Drillinge waschen und mit Knoblauch in Olivenöl anbraten.

Mehlige Kartoffeln abgießen und mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Milch und Butter abschmecken. Pürieren.

Drei Drillinge mit Schaschlickspießen aufspießen. Rosmarinzweig frittieren und den Spieß dadurch ersetzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Tanja Hagelücken

Geröstete Feigen mit Marzipan und Pistazien-Eis

Zutaten für zwei Personen

Für die Feigen und Marzipan:

2 Feigen
30 g Pistazienkerne
40 g Mandelkerne
25 g Puderzucker
Rosenwasser
50 g Kadayif (Engelshaar)
1 EL Flüssiger Honig
½ Bund Thymian
1 Ei

Den Ofen auf 180 Grad Heißluft vorheizen.

Honig mit Wasser und Thymianzweigen aufkochen.

Engelshaarnester formen und damit beträufeln.

Feigen waschen, trockentupfen und aufschneiden. Ei trennen. Aus

Pistazien, Mandeln, Puderzucker, Rosenwasser und Eiweiß im Mixer ein Marzipan herstellen und auf die Feigen legen. 10 Minuten im Ofen backen.

Für das Eis:

250 ml Sahne
250 ml Milch
100 g flüssiger Honig
100 g Pistazien
4 Eier

Milch, Honig und Sahne in einem kleinen Topf aufkochen. Eier auf

Wasserbad aufschlagen und Sahnemischung hinzufügen. Abkühlen

lassen. Pistazien hinzufügen, alles mixen und in die Eismaschine geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Keziah Coonghe

Lachsfilet mit Basilikum-Schaum, Bandnudeln und Erbsen-Joghurt-Sauce

Zutaten für zwei Personen

Für das Lachsfilet:

- 1 Lachsfilet à 200 g (mit Haut)
- ½ Zitrone
- Olivenöl, zum Braten
- 1 TL Kräuter der Provence
- ½ TL Zwiebelpulver
- ½ TL Paprikapulver
- Chiliflocken, aus der Mühle
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Lachsfilet mit Zwiebelpulver, Paprika, Chili, Salz, Pfeffer und Kräutern würzen. Zitrone halbieren, auspressen und Saft zum Fisch geben. In einer Pfanne mit Öl auf der Hautseite scharf anbraten. Vorsichtig aus der Pfanne nehmen und nachziehen lassen.

Für die Tagliatelle:

- 150 g Mehl Typ 00
- 50 g Hartweizenmehl
- 2 Eier

Mehl mit Hartweizengrieß und Eiern vermengen und Teig gut kneten. Bei Bedarf etwas Wasser zufügen.

Teig durch die Nudelmachine geben bis gewünschte dünne Konsistenz erreicht ist. In Tagliatelle schneiden und in kochendem Salzwasser kurz kochen. Nudeln in einem Sieb abtropfen lassen.

Für die Sauce:

- 150 g Griechischer Joghurt
- 1,5 Knoblauchzehen
- 150 g TK Erbsen
- 20 g Pinienkerne
- 50 g Olivenöl
- 1 TL Chili, aus der Mühle
- Salz, aus der Mühle
- Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen. Joghurt mit zwei Dritteln des Olivenöls und Hälfte der Erbsen und dem Knoblauch pürieren. Joghurtsauce in einer großen Schale bereitstellen. Nun das restliche Öl mit den Pinienkernen und den Chiliflocken in der Pfanne rösten bis sie goldbraun sind und die Flüssigkeit rötlich gefärbt ist. Restliche Erbsen erhitzen.

Tagliatelle Stück für Stück mit der Joghurtsauce in der großen Schale vermischen (nicht zu viel auf einmal, sonst gerinnt der Joghurt). Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Basilikum-Schaum:

- 1 Bund Basilikum
- 1 Knoblauchzehe
- 250 ml Milch
- 1 Prise Salz

Basilikum abbrausen, trockenwedeln und Blätter kleinhacken.

Knoblauch abziehen, pressen und in Milch und Salz aufkochen.

Topf vom Herd nehmen, Basilikum zugeben und 15 Minuten ziehen lassen. Sieben und abgefangene Flüssigkeit mit dem Pürierstab schaumig schlagen.

Für die Garnitur:

- 80 g Feta
- 10 g Basilikumblätter

Das Gericht auf Tellern anrichten. Feta darauf zerbröseln. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und über der Pasta verteilen und mit Pinienkernen garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Keziah Coonghe

Joghurt-Avocado-Schokocreme mit gesalzener Grapefruit

Zutaten für zwei Personen

Für die Creme: Avocados schälen und Kern entfernen. Joghurt mit Avocado, 2 EL Griechischer Joghurt, Mandelmilch, Agavendicksaft, Kakao, Zucker und Meersalz in einem Mixer cremig rühren. Bis zum Servieren kühl stellen.

- 2 EL Griechischer Joghurt
- 2 kleine Avocados
- 120 ml Mandelmilch
- 3 EL Agavendicksaft
- 5 EL Kakao Pulver
- 1 TL Zucker
- 1 TL Meersalz

Für die Grapefruit: Grapefruit schälen, filetieren und in kleine Stücke schneiden. Grapefruit mit etwas Zucker, Vanilleextrakt und Agavendicksaft bestreuen und flambieren.

Die Creme in ein Glas geben, Grapefruit oben drauf setzen und etwas Basilikum und Salz darüber geben.

- ½ Grapefruit
- 1 EL Zucker
- 2 Basilikum Blätter
- 2 EL Agavendicksaft
- 3 Tropfen Vanilleextrakt
- 1 Prise Salz

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Beate Wist

Gebratene Lachsforelle mit Süßkartoffelstampf und Pilzen

Zutaten für zwei Personen

Für die Lachsforelle:

2 Lachsforellenfilets à 200 g (mit Haut)
 ½ Limette
 1 Zweig Thymian
 Mehl, zum Bestäuben
 1 EL Butter
 Olivenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle

Die Forellenfilets waschen, gründlich trockentupfen und gegebenenfalls von weiteren Gräten befreien. Limette auspressen und Saft auffangen. Mit etwas Limettensaft beträufeln, salzen und von Hautseite mit etwas Mehl bestäuben. Olivenöl erhitzen und Fisch von Hautseite anbraten. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Nach drei Minuten Butter und Thymian hinzu geben und weitere drei Minuten braten. Immer wieder mit aufgeschäumter Butter übergießen und sehr kurz von der Unterseite anbraten.

Für den Süßkartoffelstampf:

1 große mehlig kochende Kartoffel
 1 große Süßkartoffel
 2 Frühlingszwiebeln
 ½ Limette
 1 Stück Ingwer
 1 rote Chilischote
 80 g Ziegen-Naturjoghurt
 1 Prise Kardamom
 1 Muskatnuss
 4 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle

Kartoffel und Süßkartoffel schälen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Zuerst Kartoffel in gesalzenem Wasser fünf Minuten kochen, dann Süßkartoffel dazu geben und weitere 15 Minuten kochen. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. Ingwer schälen und fein hacken. Chili waschen, entkernen und in feine Stücke hacken. Wasser der Kartoffeln abgießen und Olivenöl und Joghurt dazu geben. Mit Kartoffelstampfer zerstampfen. Mit etwas Salz und Limettensaft würzen. Dann mit Kardamom, Muskat, Frühlingszwiebeln, Ingwer und Chili verfeinern. Stampf bei niedriger Temperatur weitere fünf Minuten garen.

Für die Kräuterseitlinge:

100 g kleine Kräuterseitlinge
 20 ml weißer Balsamicoessig
 1 EL Butter
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Pilze gründlich putzen. Butter in Pfanne aufschäumen und Pilze anschwelen. Sobald Pilze goldbraun sind, mit etwas Balsamicoessig ablöschen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

Sprossen

Sprossen abbrausen, trockenwedeln und als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Beate Wist

Apfelstrudel mit Walnuss-Eis

Zutaten für zwei Personen

Für den Apfelstrudel:

1 Packung Strudelteig
2 große säuerliche Äpfel
1 EL gemahlene Zimt
1 EL getrocknete Minze
2 EL Butter

Den Ofen auf 200 Grad Heißluft vorheizen.

Butter schmelzen. Teig zwischen den Blättern mit geschmolzener Butter bestreichen. Äpfel waschen, trockentupfen und schälen. Äpfel in Achtel schneiden.

Diese dann in ca. 3 mm dicke Schnitten schneiden. Zimt und getrocknete Minze darüber streuen und gut vermengen. Äpfel auf den Teig geben und einrollen. Im Ofen backen.

Für das Walnuss-Eis:

375 ml Buttermilch
375 ml Sahne
2 EL Waldhonig
½ Zitrone (Schale)
½ Orange (Schale)

Buttermilch, Sahne, Honig, Zitronen- und Orangenschale vermischen und gut durchkühlen lassen. In der Eismaschine cremig gefrieren lassen.

Für die Garnitur:

100 g Walnüsse
40 g Rohrzucker

Walnüsse hacken und in einer Pfanne mit Zucker karamellisieren lassen. Ins Eis rühren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.