

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 30. April 2019 ▪
Vorspeise mit Nelson Müller



Marie Pulvermacher

Pochierter Steibutt mit Bohnenpüree, Chicorée, karamellisierten Oliven und Brot-Chip

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

200 g Steinbuttfilet, ohne Haut
 100 ml Milch
 3 Lorbeerblätter
 1 Zitrone
 Meersalz, aus der Mühle

Das Fischfilet portionieren und mit etwas Salz und Zitronensaft würzen.

Die Milch mit den Lorbeerblättern und etwas Salz kurz aufkochen und anschließend etwas abkühlen lassen.

Die Filets etwa 6 Minuten in der warmen Milch pochieren, abtropfen lassen und direkt anrichten.

Für das Bohnenpüree:

150 g vorgekochte weiße Bohnen (aus der Dose)
 50 g Butter
 30 g Crème fraîche
 1 Zitrone
 Olivenöl, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle

Die Butter in einem Topf erhitzen bis sie braun wird und nussig riecht. Über ein Sieb abseihen.

Die Bohnen abtropfen und in einem Topf erwärmen. Nussbutter und Crème fraîche dazugeben und pürieren, ggf. durch ein Sieb passieren.

Die Zitrone auspressen und nach Belieben Saft dazugeben. Mit Salz und etwas Olivenöl abschmecken.

Für die Oliven:

50 g sehr salzige, getrocknete schwarze Oliven
 10 g brauner Zucker

Die Oliven entsteinen und halbieren. Den braunen Zucker in einer kleinen Pfanne karamellisieren und die Oliven kurz darin schwenken.

Für den Chicorée:

2 kleine Stauden Chicorée
 50 g Butter
 1 Orange
 50 ml Wermut
 1 Prise Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Chicorée halbieren und den Strunk entfernen. Etwas Butter mit etwas Zucker in einer Pfanne erhitzen und den Chicorée darin kurz anbraten. Die Orange halbieren und auspressen. Chicorée mit Wermut und Orangensaft ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Oliven dazugeben und kurz ziehen lassen.

Oliven und Chicorée herausnehmen und den Orangensud mit restlicher Butter aufmontieren.

Für den Brot-Chip:

2 Scheiben sehr dünnes Bauernbrot
 Olivenöl, zum Anbraten

Die Brotscheiben schön zuschneiden und in Olivenöl in einer Pfanne knusprig rösten.

Das Fischfilet auf dem Bohnenpüree anrichten, den Chicorée daneben auffächern und mit Oliven garnieren. Den Orangensud darübergeben.



Florian Blacker

Abgeflämte Jakobsmuscheln mit Mango-Salsa, Limetten-Schmand und Krustentierschaum

Zutaten für zwei Personen

- Für die Muscheln:** Die Jakobsmuscheln in einem Topf mit ausreichend sprudelndem Wasser abkochen. Aus dem Topf holen und gut abtropfen lassen. Auf einer feuerfesten Unterlage mit Bunsenbrenner gleichmäßig abflämmen.
 Jakobsmuscheln mit Corail; küchenfertig
 3 EL Limonen-Olivenöl
- Für die Mango-Salsa:** Mango schälen, das Fruchtfleisch erst vom Stein entfernen und danach in kleine Würfel schneiden. Die Avocado halbieren, den Kern entfernen. Die Hälften schälen und in Würfel schneiden. Den Estragon und den Koriander abbrausen und trockenwedeln. Die Blätter abzupfen und fein hacken. Limette abwaschen, Schale abreiben und den Saft auspressen. In einer Schüssel Estragon und Koriander mit den Avocado- und Mango-Würfeln und Limettenabrieb und -saft vermengen. Die Salsa mit Piment d'Espelette und Fleur de Sel abschmecken.
 1 Mango
 1 Avocado
 1 Zweig Estragon
 2 Zweige Koriander
 2 EL Mangomark
 1 Limette
 1 Prise Piment d'Espelette
 1 Prise Fleur de Sel
- Für den Krustentierschaum:** Krustentierfond in einem Topf mit den Safranfäden aufkochen und bei mittlerer Hitze um die Hälfte reduzieren. Zu dem reduzierten Fond Butter und Crème fraîche zugeben. Die Sauce mit einem Stabmixer oder im Siphon schaumig aufschlagen.
 300 ml Krustentierfond
 2 Safranfäden
 150 g Butter
 150 g Crème fraîche
- Für den Limetten-Schmand:** Limette abwaschen, Schale abreiben und den Saft auspressen. Schmand, Quark, Limettenabrieb und Limettensaft in einer Schüssel cremig verrühren. Mit Fleur de Sel abschmecken.
 200 g Schmand
 100 g Sahnequark (40% Fett)
 1 Limette
 1 Prise Fleur de Sel

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Angela Schult

Rote-Bete-Blaubeer-Salat mit Jakobsmuscheln

Zutaten für zwei Personen

Für den Rote-Beete-Salat: Rote Beete würfeln. Zwiebel abziehen und beides würfeln. In einer Pfanne reichlich Olivenöl erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig andünsten. Purple Curry hinzufügen und 2 Minuten rösten. Mit etwas Balsamico ablöschen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Frühlingzwiebeln in feine Ringe schneiden und die Petersilie hacken. Beides zusammen mit Sesam und Sumach in einer Schüssel mit der Rote Bete vermengen, dabei noch etwas Olivenöl hinzufügen und mit Salz und Balsamico abschmecken. Die roten Zwiebeln untermengen.

2 Knollen vorgegarte Rote Bete
1 rote Zwiebel
4 Stangen Frühlingzwiebeln
1 EL Purple Curry
3 EL Balsamicoessig
½ Bund glatte Petersilie
1 TL Sesam
½ TL Sumach
Olivenöl, zum Anbraten
Meersalz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Jakobsmuscheln: Jakobsmuscheln unter kaltem Wasser abspülen und gut trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Mehl bestäuben. Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und die Muscheln pro Seite 2 Minuten braten, so dass sie außen etwas Farbe annehmen und innen noch glasig sind. Den Ingwer schälen, reiben, hinzufügen und mit dem Whiskey ablöschen. Eventuell mit etwas Mehl binden.

4 große Jakobsmuscheln
1 EL Whiskey
1 kleine Knolle Ingwer
1 EL Mehl
2 EL Sonnenblumenöl
Meersalz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:
50 g Blaubeeren
1 TL Sesam

Den Salat auf Tellern verteilen und mit den Blaubeeren dekorieren. Die Muscheln auf dem Salat anrichten und alles mit etwas Sesam bestreuen. Den Sud der Jakobsmuscheln auf den Salat träufeln.



Heinrich Ostendorf

Roter Heringssalat mit Rösti

Zutaten für zwei Personen

Für den roten Heringssalat:

- 4 Hering- oder Matjesfilets, mit Haut
- 300 g vorgegarte Rote Bete
- 3 Gewürzgurken
- 1 Apfel
- 1 Zwiebel
- 3 Eier
- ½ Becher Schmand
- ½ Becher saure Sahne
- 1 Prise Chilipulver
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Einen Topf mit Wasser erhitzen. Eier darin hartkochen und anschließend abgießen. Abkühlen lassen, pellen und würfeln.

Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und anschließend würfeln.

Rote Beete ebenfalls würfeln.

Zwiebel abziehen und würfeln. Gewürzgurke ebenfalls würfeln. Das anhaftende Öl von den Fischfilets abtupfen und diese in Würfel schneiden.

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und vermengen. Schmand und saure Sahne zugeben und unterrühren. Mit Pfeffer und Chilipulver abschmecken.

Für die Rösti:

- 500 g mehlig kochende Kartoffeln
- 1 kleine Zwiebel
- 3 EL Butterschmalz
- ½ TL Salz
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und fein reiben.

Zwiebel abziehen und fein hacken. Beides vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, mit einem Esslöffel kleine Rösti in die Pfanne geben und flach drücken. Knusprig anbraten und anschließend wenden. Von der anderen Seite ebenfalls knusprig braten. Rösti anschließend auf Küchenkrepp entfetten lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.