

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 26. Februar 2020** ▪  
ChampionsWeek ▪ **"Rüben" mit Alexander Kumptner**



Cornelia Utrecht

**Zweierlei von der Steckrübe: Rösti & Stampf mit Lammfrikadellen und Kräuterquark**

Zutaten für zwei Personen

**Für den Steckrüben Rösti:**

300 g Steckrüben

1 Kartoffel

1 Karotte

1 Ei

Etwas Mehl, zum Binden

Butterschmalz, zum Braten

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Steckrüben, Kartoffel und Karotte schälen. Gemüse auf einer Reibe grob reiben.

Ei und etwas Mehl dazu geben. Mit Pfeffer und Salz würzen.

In Butterschmalz goldgelb braten.

**Für den Steckrübenstampf:**

200 g Steckrübe

100 g Kartoffeln

50 g Speckwürfel

1 EL Butter

4 EL Sahne

1 Muskatnuss, zum Reiben

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Steckrübe und Kartoffeln schälen und in Salzwasser garkochen.

Den gewürfelten Speck in der Pfanne auslassen. Butter, Sahne, Muskatnuss, Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben.

Steckrübe und Kartoffeln auf dem Herd ausdämpfen lassen.

Dann die heiße Steckrübe und Kartoffeln in die Schüssel geben und stampfen, sodass noch kleine Stückchen zu schmecken sind. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Speck später auf dem Stampf anrichten.

**Für die Lammfrikadellen:**

200 g Lammhack

1 Brötchen, vom Vortag

1 Schalotte

1 Knoblauchzehe

1 Ei

Butterschmalz, zum Braten

½ TL gemahlener Kreuzkümmel

½ TL gemahlener Koriander

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Brötchen in kaltem Wasser einweichen. Schalotte und Knoblauch abziehen und feinschneiden. In einer Pfanne in Butterschmalz anschwitzen.

Lammhack mit Schalotte, Knoblauch, Ei, Kreuzkümmel, Koriander, Salz und Pfeffer in einer Schüssel verkneten. Das Brötchen ausdrücken und mit zu dem Hackfleisch geben.

In der Pfanne das Butterschmalz erhitzen, kleine Frikadellen formen und darin braten.

**Für den Kräuterquark:** Kräuter abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Schalotte abziehen und feinschneiden. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Quark mit Joghurt, Schmand, Zitronensaft, Schalotte und Kräutern vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 200 g Magerquark
- 100 g Joghurt
- 3 EL Schmand
- 1 Zitrone
- 1 Schalotte
- 2 Zweige glatte Petersilie
- 2 Zweige Schnittlauch
- 2 Zweige Dill
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Renate Trummer**

## **Bunte Karotten: Seeteufelmedaillons im Prosciutto-Mantel mit Karotten-Gnocchi, Karotten-Sauce, Karottenstroh und gebratenen Salbeiblättern**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für die Karottengnocchi:**

300 g mehligkochende Kartoffeln  
150 g orange Karotten  
1 Ei  
50 g Parmesan  
110 g doppelgriffiges Mehl  
1 Muskatnuss, zum Reiben  
Salz, aus der Mühle

Den Ofen auf 100 Grad Heißluft vorheizen.

Kartoffeln schälen und in Salzwasser weichkochen. Karotten schälen und kleinschneiden. In einem gesonderten Topf die geschälten Karotten weich garen. Kartoffeln durch eine Karoffelpresse drücken.

Karotten pürieren und unter die Kartoffelmasse mischen. Kurz abkühlen lassen. Parmesan reiben. Ei trennen und Eigelb, geriebenen Parmesan, die frisch geriebene Muskatnuss, sowie Mehl und Salz hinzufügen.

Daraus einen glatten Teig kneten.

Auf einem mit Mehl bestreuten Brett fingerdicke Rollen formen und in 2-3 cm lange Stücke schneiden. Diese mit einer Gabel leicht flach drücken und kurz ruhen lassen.

Gnocchi in kochendes Salzwasser geben und ca. 4 Minuten ziehen lassen.

### **Für den Fisch:**

2 Seeteufelfilets à ca. 150 g, ohne Haut  
4 Scheiben Prosciutto crudo  
50 g Butter  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Filets waschen und trockentupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und den Prosciutto um den Fisch wickeln.

Von allen Seiten in Butter goldig anbraten.

Für ca. 5 Minuten im Backofen garen lassen.

### **Für die Karottensauce:**

2 gelbe Karotten  
2 Schalotten  
1 Orange  
50 g Butter  
100 ml trockener Weißwein  
100 ml Gemüsfond  
150 ml Sahne  
½ TL Kurkuma  
1 TL Sojalecithin  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Karotten schälen und in kleine Stücke schneiden. Schalotten abziehen und fein hacken. Beides in Butter kurz anrösten und mit Weißwein ablöschen. Gemüsfond hinzugeben und reduzieren lassen. Orange waschen, trockentupfen, Schale abreiben, halbieren und Saft auspressen. Einen Schuss Orangensaft und ein wenig Abrieb in die Sauce geben. Mit Salz, Pfeffer und Kurkuma abschmecken. Alles Pürieren, Sojalecithin dazugeben und mit der Sahne aufkochen und aufmixen.

### **Für das Karottenstroh:**

2 lila Karotten  
1 EL Mehl  
300 ml Sonnenblumenöl  
Salz, aus der Mühle

Karotten schälen. Mit dem Schäler dünne Scheiben abschneiden und diese mit dem Messer in feine Streifen schneiden.

Streifen in Mehl wenden und im Öl frittieren. Fett abrinnen lassen, ein Häufchen bilden und ein wenig Salz darüber geben.

### **Für die Garnitur:**

4 Salbeiblätter  
Neutrales Öl, zum Frittieren

Salbeiblätter in heißem Öl frittieren. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Maria Schreiner**

## **Weißer Rettich: Rettichsalat mit Roastbeef, Rucola-Pesto und frittierten Kartoffellocken**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Fleisch:**

500 g Roastbeef  
1 Knoblauchzehe  
1 Zweig Rosmarin  
1 Zweig glatte Petersilie  
1 EL Butter  
Erdnussöl, zum Braten  
Grobes Salz  
Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 140 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Knoblauch abziehen und kleinschneiden. Roastbeef salzen und in einer Pfanne mit etwas Erdnussöl, Rosmarin und Knoblauch von allen Seiten anbraten. In eine feuerfeste Form geben und für ca. 20 Minuten im Ofen ziehen lassen. Kurz vor dem Servieren in Tranchen schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und eine Nussbutter herstellen. Petersilie kleinhacken und darin geben. Fleisch darin schwenken und mit grobem Salz bestreuen.

### **Für den Rettichsalat:**

1 großer weißer Bierrettich  
1 Apfel  
1 Zitrone  
Salz, aus der Mühle

Zitrone halbieren und Saft auspressen. Rettich und Apfel waschen, trockentupfen, schälen und mit einer Küchenreibe grob reiben. In einer Schüssel mit Zitronensaft und etwas Salz vermischen.

### **Für die Mayonnaise:**

1 Zitrone  
2 Eier  
1 EL Dijonsenf  
2 EL Crème Fraîche  
1 EL weißer Balsamico  
150 ml Olivenöl  
100 ml Sonnenblumenöl  
Salz, aus der Mühle

Zitrone halbieren und Saft auspressen. Ein Ei trennen und Eigelb und ein ganzes Ei in ein Gefäß mit Senf, Crème Fraîche, Salz, etwas Sonnenblumen- und Olivenöl geben und mit einem Mixstab aufmixen. Nach und nach Öl einarbeiten und mit Zitrone und Salz abschmecken. Die Mayonnaise zum Rettich geben und alles gut mit einander vermengen. Etwas ziehen lassen.

### **Für das Pesto:**

1 Bund Rucola  
1 EL Sonnenblumenkerne  
1 Zitrone  
3 EL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rucola waschen und trockenschleudern. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Rucola, Sonnenblumenkerne, Zitronensaft und Olivenöl in einen Standmixer geben und zu einem feinen Pesto verarbeiten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Für die Kartoffellocken:**

1 festkochende Kartoffel  
250 ml Erdnussöl  
Salz, aus der Mühle

Kartoffel schälen und mit einem Spiralschneider in Spiralen schneiden. In heißem Erdnussöl herausfrittieren und mit Meersalz würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Gerda Frauenlob**

## **Rote Bete: Rote-Bete-Risotto mit konfiertem Lachs, Rote Bete-Röllchen und Rote-Bete-Apfel-Salat**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Risotto:**

- 300 g Risotto-Reis
- 2 Knollen vorgegarte Rote Bete
- 50 g Porree
- 1 Limette
- 1 Zitrone
- 1 Orange
- 50 g Frischkäse
- 40 g Parmesan
- 250 ml Gemüsefond
- 300 ml Rote Bete Saft
- 50 ml Weißwein
- 1 TL Honig
- 2 EL Olivenöl
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Prise gemahlene Kümmel
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Gemüsefond und rote Bete Saft erhitzen. Porree in kleine Würfel hacken und in etwas Olivenöl anschwitzen. Reis hinzugeben und ebenfalls 2-3 Minuten unter Rühren dünsten. Mit dem Weißwein ablöschen und diesen einkochen lassen. Lorbeerblatt dazugeben. Mit so viel Gemüsefond auffüllen, bis der Reis gerade bedeckt ist und den Fond nachgießen, wenn das Risotto die Flüssigkeit aufgesogen hat. Dabei immer wieder gut umrühren. Die vorgegarte Rote Bete in Würfel schneiden und zum Risotto geben. Parmesan reiben und ebenfalls unter den Reis rühren. Mit Zitronen und Orangenzesten, gemahlene Kümmel, etwas Orangensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Für die Rote-Bete-Röllchen:**

- 1 Knolle vorgegarte Rote Bete
- 2 Blätter Strudelteig
- 2 EL milder Ziegenfrischkäse
- 2 Walnüsse
- 1 Zweig Thymian
- 1 Zitrone
- 1 Orange
- ½ Becher Sauerrahm
- 2 EL Crème Fraîche
- 2 TL Honig
- 1 EL Sojasauce
- 1 EL Butter
- Sonnenblumenöl, zum Frittieren
- Zucker, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rote Bete in Würfel schneiden. Mit Salz, Pfeffer und Orangenzesten abschmecken. Den Strudelteig mit Butter einstreichen, in der Mitte halbieren und zusammenklappen. Danach 1 EL der roten Bete darauf geben, mit etwas Ziegenfrischkäse, Honig Thymian und Walnuss belegen, ein Röllchen formen und in heißem Fett hellbraun frittieren. Sauerrahm mit Salz, Pfeffer, Zucker, 1 Spritzer Zitronen- und Orangensaft, Sojasauce sowie den Zesten einer ½ Zitrone und Orange vermischen.

### **Für den Rote Bete-Apfel-Salat:**

- 1 Knolle vorgegarte Rote Bete
- 1 säuerlicher Apfel
- 10 Himbeeren
- ½ Becher Sauerrahm
- 1 Orange

Apfel schälen, in dünne 3 mm Scheiben schneiden und ca. 4 cm Scheiben ausstechen, mit Orangen und Zitronensaft marinieren, das gleiche mit der roten Bete machen. Himbeeren dazugeben. Aus Sauerrahm, Salz, Zucker, einem Spritzer Zitronensaft, Essig, Rapsöl und dem Wasabi einen Dip anrühren. Aus den Äpfeln und abwechselnd der roten Bete Türmchen bauen, mit den Himbeeren dekorieren und mit dem

1 Zitrone Wasabi Dip anrichten.  
1 TL Wasabi  
1 TL Himbeeressig  
1 TL Rapsöl  
1 Prise Zucker  
Salz, aus der Mühle

**Für den Lachs:** Dill abbrausen und trockenwedeln. Lachsfilet – von dunklen tranigen Stellen befreien – in den Vakuumbbeutel legen, Butter und Dill dazugeben, mit einem Clip verschließen und bei 55-60 Grad am Rost im Backofen 25 Minuten garen. Nach dem garen, Lachs aus dem Beutel entnehmen und portionieren, mit Salz und Zitronenzesten würzen. Knoblauch abziehen und kleinschneiden. Schalotte abziehen und feiwürfeln. Knoblauch, Schalottenwürfel und Thymian in Butter anschwitzen, mit Weißwein und Wermut ablöschen, etwas einkochen und mit Fischfond auffüllen, wieder etwas einkochen und dann abseihen, mit Sahne auffüllen und erhitzen. Mit Salz abschmecken und dann aufschäumen.

1 Lachsfilet à 300 g, ohne Haut  
1 Schalotte  
1 Knoblauchzehe  
1 Zitrone  
½ Bund Dill  
1 Thymianzweig  
50 ml Weißwein  
100 ml Fischfond  
50 ml Wermut  
50 ml Sahne  
240 g Butter  
Salz, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.