

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 14. September 2020** ▪  
**Leibgericht mit Johann Lafer**



**Daniel Bürger**

**Parmesan-Risotto mit Lachs und Meerrettich-Apfel-Schaum**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für das Parmesan-Risotto:**

80 g Risottoreis  
 1 Zwiebel  
 1 Limette  
 150 g Parmesan  
 50 g Butter  
 ¼ L Weißwein  
 ½ L Fischfond  
 Neutrales Öl, zum Braten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel abziehen und fein hacken.

Öl in einem Topf erhitzen. Reis darin leicht anrösten. Zwiebel abziehen, fein hacken und dazu geben, leicht anschwitzen und mit Weißwein ablöschen. Unter ständigem Rühren den Fischfond einrühren bis der Reis fertig gegart ist.

Parmesan grob reiben und unterheben. Etwas Schale von der Limette abreiben. Butter und Limettenabrieb unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für das Lachsfilet:**

2 Lachsfilets, à 120 g, mit Haut  
 1 Knoblauchzehe  
 10 g Butter  
 2 Rosmarinzweige  
 10 g Mehl  
 Olivenöl, zum Braten  
 Fleur de Sel  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Lachs waschen, abtupfen und die Haut mit etwas Mehl bestäuben. Butter und Öl in einer Pfanne erhitzen und das Filet auf der Haut anbraten. Rosmarin abbrausen, trocken wedeln und im Ganzen mit in die Pfanne geben. Knoblauch abziehen, andrücken und mit in die Pfanne geben. Den Lachs immer wieder mit dem flüssigem Fett übergießen. Mit Fleur de Sel und Pfeffer würzen.



Leider ist Lachs momentan nicht bedenkenlos zu genießen, da er stark überfischt ist und weiterhin zu intensiv konsumiert wird. Der Gesamtzustand im Nordostatlantik und den europäischen Binnengewässern ist, besonders in der Ostsee, kritisch. Sollten Sie dennoch nicht auf Lachs verzichten wollen, sollten Sie laut Verbraucherzentrale Hamburg auf MSC-zertifizierten Buckel- oder Ketalachs, aus folgenden Fanggebieten zurückgreifen: **FAO 60 Nordwestpazifik oder FAO 67 Nordostpazifik**

*(Stand: August 2020)*

**Für den Meerrettich-Apfel-Schaum:**

1 Apfel  
½ frischer Meerrettich  
250 ml Gemüsefond  
250 ml Sojamilch  
1 Zweig Dill  
Salz, aus der Mühle

Apfel schälen, entkernen und grob würfeln. Ein etwa 3 cm großes Stück des Meerrettichs schälen und grob würfeln. Meerrettich und Apfel mit dem Gemüsefond in einem Topf aufkochen und kurz köcheln lassen. Dill abbrausen, trockenwedeln, grob hacken und dazu geben.

Das Ganze mit dem Pürierstab mixen und durch ein Sieb passieren. Sojamilch hinzugeben, mit Salz abschmecken und erneut schaumig pürieren.

**Für die Garnitur:**

6-8 essbare Blüten

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit einigen essbaren Blüten garnieren und servieren.



**Andrea Diederich**

## **Hähnchenleber-Ragout mit Möhren-Apfel-Sellerie-Stampf und Kopfsalat**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Stampf:**

200 g Sellerie  
200 g Möhren  
1 kleiner Apfel  
50 g Butter  
100 ml Milch  
50 ml Sahne  
1 Muskatnuss  
Salz, aus der Mühle  
Pfeffer aus der Mühle

Einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Sellerie schälen, Strunk entfernen und in Würfel schneiden. Möhren schälen, Enden entfernen und in Scheiben schneiden. Apfel schälen, vom Kerngehäuse befreien und in Würfel schneiden. Sellerie, Apfel und Möhren in den Topf geben und ca. 20 Minuten garen.

In der Zwischenzeit die Hähnchenleber zubereiten.

Wasser abgießen und kurz Ausdampfen lassen. Sellerie, Apfel und Möhren mit einem Kartoffelstampfer zerstampfen. Butter, Milch und Sahne dazugeben und mit einem Schneebesen verrühren. Stampf mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

### **Für das Ragout:**

300 g Hähnchenleber  
100 g Champignons  
3 Schalotten  
1 kleiner Apfel  
1 Selleriestange  
2 EL Butter  
100 ml Sahne  
1 TL Dijonsenf  
2 cl Sherry  
100 ml Geflügelfond  
2 Zweige Petersilie  
1 Prise Zimt  
1 Prise Curry  
Sonnenblumenöl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
1 EL grüne Pfefferkörner  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Leber waschen, trockentupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Ggf. parieren.

Schalotten abziehen und in feine Ringe schneiden. Apfel schälen, halbieren, vom Kerngehäuse befreien und in ganz kleine Würfel schneiden. Sellerie putzen und in Stücke schneiden. Champignons putzen und in Scheiben schneiden.

Butter erhitzen und die Zwiebeln andünsten, bis sie weich und glasig sind. Hähnchenleber dazugeben und ca. 2 Minuten anbraten. Apfel, Sellerie und Champignons hinzufügen und ca. 1 Minute rösten, dann alles mit Sherry ablöschen. Fond und Sahne hinzugeben und gut durchschwenken. Zimt, Curry und Senf, sowie die Pfefferkörner hinzugeben. Alles gut verrühren und 3 Minuten köcheln lassen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Für den Salat:**

1 kleiner Kopfsalat  
50 ml Sahne  
2 EL Kräuter-Essig  
½ Bund Schnittlauch  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Kopfsalat abbrausen und trockenschleudern.

Etwas Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Für das Dressing Sahne, Kräuternessig und Schnittlauch miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Kopfsalat in mundgerechte Stücken zupfen und mit dem Dressing vermengen.

Den Stampf in einen Ring einfüllen, glattstreichen und den Ring entfernen. Das Ragout drum herum anrichten und den Salat dazu reichen.



**Reinhard Billig**

## **Zwiebelrostbraten mit Kartoffelpüree und Feldsalat**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Zwiebelrostbraten:**

2 Roastbeef, à ca. 250 g  
 3 rote Zwiebeln  
 6 Schalotten  
 1 Knoblauchzehe  
 2 EL Apfelessig  
 2 EL milder Balsamico  
 1 Prise Paprikapulver  
 100 ml Rinderfond  
 1 EL Mehl  
 Butterschmalz, zum Braten  
 Pflanzenöl, zum Frittieren  
 1 EL brauner Zucker  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 90 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Roastbeef vor der Verarbeitung auf Zimmertemperatur bringen.

Roastbeef mit wenig Öl einreiben, salzen und pfeffern.

Zwiebeln abziehen und in halbe Ringe schneiden.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Roastbeef darin von beiden Seiten ca. 2 Minuten scharf anbraten. Zwiebelringe dazugeben.

Knoblauchzehe andrücken und dazugeben und nach dem Anbraten wieder entfernen. Sobald das Roastbeef auf beiden Seiten schön gebräunt ist, herausnehmen und im Ofen warm stellen.

Die Schalotten abziehen und in Ringe schneiden. Schalottenringe mit etwas Mehl und Paprikapulver vermengen, überschüssiges Mehl in einem Sieb abklopfen.

Pflanzenöl in einer Fritteuse erhitzen und die Schalotten darin frittieren bis sie goldbraun sind, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Zwiebeln an den Pfannenrand schieben, den Zucker hineingeben und karamellisieren lassen. Mit Essig ablöschen.

Wenn der Essig eingekocht ist, etwas Wasser und Fond dazugeben. Mit etwas Balsamico erneut abschmecken und zur gewünschten Konsistenz reduzieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Für das Kartoffelpüree:**

600 g mehlig kochende Kartoffeln  
 300 g Butter  
 200 ml Milch  
 ½ TL Senf  
 Muskat, zum Reiben  
 Salz, aus der Mühle  
 Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen, kleinschneiden und weichkochen.

Die Butter auf Zimmertemperatur bringen oder leicht schmelzen.

Die gegarten Kartoffeln mit einer Kartoffelpresse zu einem Püree verarbeiten. Butter hinzufügen und je nach Konsistenz etwas warme Milch einrühren. Senf unterrühren. Mit Salz, weißem Pfeffer und Muskat abschmecken. Durch ein Sieb streichen.

### **Für den Feldsalat:**

80 g Feldsalat  
 1 ½ TL flüssiger Honig  
 1 TL mittelscharfer Senf  
 2 EL Balsamico  
 5 EL Rapsöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Feldsalat waschen und putzen.

Balsamico mit 1 EL Wasser, Senf, Salz, Pfeffer und Honig verrühren. Rapsöl nach und nach unterrühren.

Das Dressing unter den Feldsalat heben.

### **Für die Garnitur:**

½ Bund Schnittlauch

Schnittlauch in feine Röllchen schneide und kurz vorm Servieren über das Gericht geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Selma Kort

## Lammrücken mit Okraschoten, türkischer Reis mit Kichererbsen und grüner Salat mit Birnen und Orangen-Physalis-Vinaigrette

Zutaten für zwei Personen

### Für den Lammrücken:

300 g ausgelöster Lammrücken  
1 EL getrockneter Majoran  
1 EL getrockneter Oregano  
1 EL getrockneter Dill  
1 EL Olivenöl

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Lamm waschen und trockentupfen.

Für die Marinade Olivenöl mit Majoran, Oregano und Dill vermengen und das Fleisch darin wälzen. In einer Pfanne von Minuten Seiten scharf anbraten. Dann herausnehmen und für ca. 10-15 Min in den Backofen geben.

### Für die Okraschoten:

125 g Okraschoten  
½ Chilischote  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Okraschoten waschen, vom Strunk befreien und die Schoten schräg durchschneiden. In der Pfanne mit dem Bratansatz des Lamms anbraten und ca. 8-10 Minuten garen.

Chilischoten entkernen, je nach Schärfe ein Stück fein hacken und zu den Okraschoten in die Pfanne geben. Den Rest der Chili für die Garnitur aufbewahren.

### Für die Orangen-Physalis-Vinaigrette:

1 Orange  
1 Limette  
50 g Physalis  
½ TL Branntweinessig  
2 EL Olivenöl  
Bunter Pfeffer, aus der Mühle  
Salz, aus der Mühle

Eine ganze Orange und eine halbe Limette auspressen. Zwei Physalis als Dekoration beiseite stellen und die restlichen Physalis von der Hülle befreien. Physalis halbieren und mit Orangen- und Limettensaft, Olivenöl und Essig in eine, hohen Gefäß pürieren. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

### Für den grünen Salat mit

#### Nashibirnen:

½ grüner Kopfsalat  
½ Kopf Lollo Rosso  
½ Nashibirne

Lollo Rosso und Kopfsalat waschen und trockenschleudern. Nashibirne waschen, halbieren, entkernen und in schmale Spalten schneiden.

#### Für den Reis:

220 g Rundkornreis  
2 EL Kritharaki-Nudeln  
1 Möhre  
1 Schalotte  
100 g gekochte Kichererbsen, aus der Dose  
3 EL Gemüsefond  
6 Safranfäden  
2 EL Butter  
1 EL neutrales Öl  
Salz, aus der Mühle

Den Reis gründlich waschen. 1 EL Butter und Öl in einem kleinen Topf erhitzen. Die Kritharaki-Nudeln hinzugeben und anbraten, bis sie alle eine gleichmäßige Bräune haben.

Den Rundkornreis und die Kichererbsen hinzugeben, etwas salzen und Gemüsefond dazugeben. Mit etwa 500 ml kaltem Wasser ablöschen. Kurz aufkochen lassen und die Hitze reduzieren. Küchenpapier über den Topf legen und mit einem Deckel schließen. Circa 15-20 Minuten leicht köchelnd garen.

Safran in einem Mörser zerkleinern, 50 ml warmes Wasser drüber geben und verrühren. Einen kleinen Teil des gegarten Reis in eine kleine Schüssel geben, mit der Safran-Flüssigkeit vermengen, so dass der Reis eine gelbe Farbe annimmt.

Möhre schälen, putzen und raspeln. Schalotten abziehen und fein hacken. Butter in einer Pfanne erhitzen und die schalottenund





**Maximilian Hensel**

## **Roastbeef mit Madeirasauce, Walnuss-Sellerie-Kartoffelpüree und Pfifferlingen**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Roastbeef:**

2 Roastbeefs à ca. 200 g (Steak-Cut)  
3 Knoblauchzehen  
1 Bund Rosmarin  
50 g Butterschmalz  
50 g Butter  
Fleur de Sel, zum Einreiben  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Roastbeef vor der Zubereitung auf Zimmertemperatur bringen.

Fleisch waschen, trocken tupfen und von beiden Seiten mit Salz einreiben.

Butterschmalz in einer Grillpfanne stark erhitzen. Steaks in der Pfanne von allen Seiten, pro Seite jeweils etwa eine Minute scharf anbraten.

Fleisch im vorgeheizten Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 52 Grad weiter garen. Fleisch aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten ruhen lassen. Anschließend Butter in einer Pfanne erhitzen. Knoblauchzehen abziehen, andrücken und in die Pfanne geben. Rosmarin abrausen, trockenwedeln und ebenfalls hinzugeben und kurz ziehen lassen. Fleisch von beiden Seiten erneut ca. 30 Sekunden scharf anbraten und dabei mit der Butter von allen Seiten arosieren. Mit Pfeffer würzen.

### **Für das Püree:**

300 g mehlig kochende Kartoffeln  
100 g Sellerie  
50 g Walnüsse  
100 g Butter  
50 ml Vollmilch  
1 schwarzer Trüffel  
1 Muskatnuss  
Fleur de Sel  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und vierteln. Sellerie putzen und in Würfel schneiden.

Kartoffeln und Sellerie in einem Topf mit Salzwasser weichkochen.

Walnüsse klein hacken. Die Hälfte der Butter in einem Topf zerlassen und zusammen mit den Nüssen eine Nussbutter herstellen.

Kartoffeln und Sellerie abgießen, dabei etwas Kochwasser auffangen.

Kartoffeln und Sellerie mit einem Kartoffelstampfer zu einem Stampf verarbeiten. Einen Teil des aufgefangenen Kartoffelwassers und Milch hinzugeben und glattrühren. Die restliche kalte Butter und die Nussbutter unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Mit einem Servierring anrichten und Trüffel darüber hobeln.

### **Für die Madeirasauce:**

1 kleine Zwiebel  
Butter, zum Braten  
50 g kalte Butter  
2 EL Tomatenmark  
50 ml trockener Rotwein  
25 ml süßer Madeira  
500 ml Gemüsefond  
Fleur de Sel  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

In einem Stieltopf die Butter zerlassen. Zwiebeln abziehen, fein hacken und in der Butter glasig anschwitzen. Tomatenmark hinzugeben und mitrösten.

Mit Gemüsefond und Rotwein ablöschen und reduzieren. Madeira hinzugeben und weiter reduzieren lassen. Wenn die gewünschte Konsistenz erreicht ist, mit kalter Butter abbinden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Pfifferlinge:** Pfifferlinge säubern und in gleichgroße Stücke schneiden. Zwiebel abziehen und fein hacken. Speck würfeln.  
50 g Tiroler Schinkenspeck  
1 große Zwiebel In einer Pfanne Speck und Zwiebeln scharf anbraten. Pfifferlinge  
300 g Pfifferlinge hinzugeben und mitbraten. Kurz vor Ende der Garzeit die Butter  
100 g Butter hinzugeben.  
Fleur de Sel Mit Salz und Pfeffer abschmecken.  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Für die Garnitur:** Etwas Kresse abschneiden.  
20 g Sango Rettich Kresse Etwas Trüffel hobeln.  
20 g weißer Sommertrüffel

Das Gericht auf Tellern anrichten, das Püree mit Kresse und Trüffel garnieren und servieren.





Angela Thiergan

## Panierte Hähnchenschnitzel mit Zucchini-Auberginen-Gemüse und Rösti

Zutaten für zwei Personen

### Für die Hähnchenschnitzel:

1 Hähnchenbrust, ohne Haut, à 200 g  
2 Eier  
10 ml Sahne  
2 EL Currypulver  
5 EL Mehl  
60 g Pankobrösel  
30 g Semmelbrösel  
4 EL Sonnenblumenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Hähnchenbrust waschen, trockentupfen und schräg in 4 ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Scheiben zwischen zwei Lagen Klarsichtfolie legen, mit Öl einpinseln und plattieren.

Eier mit Sahne und Currypulver verquirlen. Mehl und Pankobrösel auf jeweils einen flachen Teller geben. Semmelbrösel mit den Pankobröseln vermischen. Schnitzel salzen, pfeffern, in Mehl wenden, abklopfen und durch die Eimasse ziehen. In den Bröseln panieren.

Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin 2-3 Minuten auf beiden Seiten goldbraun braten. Auf Küchentrepp abtropfen lassen.

### Für das Gemüse:

200 g Zucchini  
300 g Aubergine  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
5 Kirschtomaten  
1 Limette  
3 Zweige Minze  
200 ml Kokosmilch  
100 ml Gemüfefond  
1 Prise Currypulver  
1 Prise Zucker  
3 EL Sonnenblumenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zucchini und Aubergine waschen, von den Enden befreien und würfeln. Zwiebel schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden.

Knoblauch abziehen und andrücken. Kirschtomaten halbieren. Minze abbrausen, trockenwedeln und Minzblätter grob hacken.

Öl in einer Pfanne erhitzen, Zucchini und Auberginen darin ca. 2 Minuten unter Rühren anbraten, Zwiebel und Knoblauch dazugeben. Kokosmilch, Kirschtomaten und Fond dazugeben. Alles salzen, pfeffern und zugedeckt ca. 10 Minuten garen.

Limette halbieren und auspressen. Gemüse mit Salz, Pfeffer, Zucker, Currypulver und etwas Limettensaft abschmecken. Minzblätter unterheben.

### Für die Rösti:

4 vorwiegend festkochende Kartoffeln  
1 Prise Muskat  
2 EL Rapsöl  
1 EL Salz

Kartoffeln schälen und reiben. In ein Sieb geben, salzen und abtropfen lassen. Mit Muskat würzen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffeln auspressen und kleine, flache Fladen in der Pfanne von beiden Seiten kross braten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.