

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 22. Oktober 2019** ▪
Vorspeise mit Alfons Schuhbeck



Torsten Woelpl

Lachsforellen-Tatar auf Avocado-Püree mit Gurke, Garnele, Salicornes und Würzschaum

Zutaten für zwei Personen

Für das Tatar:

200 g Lachsforellenfilet, ohne Haut
 1 Zitrone
 1 Zweig Koriander
 5 g Ingwer
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitrone waschen, trocken tupfen und Schale abreiben. Lachsfilet waschen, trocken tupfen und fein würfeln. Koriander abrausen, trockenwedeln, einige Blätter abzupfen und klein hacken. Ingwer schälen und fein reiben. Ingwer und Koriander unter die Lachswürfel mischen, Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer zufügen und auf Eis kalt stellen.

Für die Garnele:

2 küchenfertige White-Tiger-Garnelen
 1 EL Olivenöl
 Fleur de Sel
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Garnelen waschen, trocken tupfen und zu Schmetterlingen schneiden. Garnelen von jeder Seite in Olivenöl 1 Minute lang braten und mit etwas Fleur de Sel und Pfeffer würzen.

Für das Püree:

1 reife Avocado, Sorte Hass
 1 Salatgurke
 1 Zitrone
 1 Zweig Minze
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitrone halbieren, auspressen und 1 EL Saft auffangen. Gurke waschen, längs halbieren, Kerne großzügig entfernen und ¼ der Gurke in kleine Würfel schneiden. Avocado halbieren, Kern entfernen und Fleisch aus der halben Schale lösen. Avocado-Fleisch mit einer Gabel zerdrücken und sofort mit etwas Zitronensaft beträufeln. Avocado-Püree und die Gurkenwürfel vermischen. Minze abrausen, trockenwedeln und fein hacken. 1 EL Minze hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Würzschaum:

50 ml Sahne
 100 ml Kalbsfond
 1 Zweig Minze
 5 g Ingwer
 10 g Wasabipaste
 1,5 g Lecithinpulver

Minze abrausen, trockenwedeln und klein hacken. Ingwer schälen und reiben. Fond zusammen mit Sahne, Wasabipaste, Minze, Ingwer und Sojalecithin aufkochen. Kurz vor dem Servieren mit einem Stabmixer aufschäumen.

Für die Salicornes:

50 g Salicornes
 1 EL Olivenöl
 2-3 EL Würzschaum (von oben)

Salicornes waschen und trockentupfen. Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, die Salicornes dazugeben und kurz anschwitzen. Würzschaum dazugeben und einkochen lassen.

Für die Garnitur:

Je 2 EL Salicornes auf die Teller verteilen. Einen Metallring aufsetzen und in den Ring zunächst 2 EL des Avocado-Pürees füllen. Darauf das Tatar geben. Auf das Tatar ½ EL Püree geben und die Garnele daraufsetzen. Teller mit dem Schaum garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Fabienne Senn

Dreierlei Tatar: Rind, Lachs und Green-Zebra-Tomaten

Zutaten für zwei Personen

Für das Rind:

50 g Rinderfilet
1 Zwiebel
½ TL Kapern
1 Zweig Schnittlauch
2 g Honigsenf
2.5 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Rinderfilet waschen, trocken tupfen und fein hacken. Zwiebel abziehen und fein hacken. Kapern fein hacken. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Fleisch-Würfel mit Zwiebeln, Honigsenf, Öl, Kapern, Schnittlauch und 1 TL Salz vermengen.

Für den Lachs:

50 g Lachsrückenfilet (Sushi-Qualität)
1 rote Zwiebel
1 EL Kapern
Kresse
1 EL Honigsenf
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Lachs waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Zwiebel abziehen und $\frac{3}{4}$ fein hacken und $\frac{1}{4}$ in feine Ringe schneiden. Kapern fein schneiden. Lachs-Würfel, gehackte Zwiebel, Kapern, Senf, eine Prise Salz und Pfeffer vermengen. Kresse abbrausen, trockenwedeln und einige Blüten davon zusammen mit den Zwiebelringen über das Lachs-Tatar streuen.

Für die Tomaten:

4 reife Green Zebra-Tomaten
1 Zwiebel
2 Zweige Basilikum
1 TL roter Balsamico
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Tomaten schälen, entkernen und fein schneiden. Zwiebel abziehen und fein hacken. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Zwiebel und Basilikum unter die Tomaten mischen und mit Balsamico, Öl, Salz und Pfeffer vermengen.

Für die Garnitur:

2 Blüten der Kapuzinerkresse, mit Spitz
7 Boretsch-Blüten
2 EL Rettichkeimlinge
2 EL Randensprossen

Kresse, Keimlinge, Sprossen und Blüten abbrausen, trockenwedeln und über das Gericht verteilen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Nicolas Weber

Knusprige Börek mit Rote-Bete-Ziegenkäse-Füllung und Wildkräutersalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Börek:

- 200 g Filo/Yufka Teigblätter
- 3 Knollen vorgegarte Rote Bete
- 50 g geriebene Mandeln
- 50 g Ziegenkäse (Weichkäse)
- 50 g Ziegenkäse (Frischkäse)
- 1 Ei
- 2 Zweige Rosmarin
- 2 Zweige Thymian
- 1 Zweig Majoran
- 200 g Mehl
- 4 EL flüssiger Honig
- 1 Muskatnuss
- 100 g Butter, zum Frittieren
- 1 L Sonnenblumenöl, zum Frittieren

Muskatnuss reiben und $\frac{1}{4}$ TL auffangen. Rosmarin, Thymian und Majoran abbrausen, trockenwedeln, klein hacken und zusammen mit Muskat in einer Pfanne vorsichtig rösten, sodass sich die Aromen entfalten.

In einer hochwandigen Pfanne etwas Öl bei mittlerer Hitze erwärmen.

Rote Bete-Knollen schälen, am Stück reiben und Saft aufheben.

Mandeln, Ei, Saft und Ziegen-Frischkäse in die Schüssel zu den Rote Bete-Raspeln geben. Bei Bedarf Mehl nachgeben, bis eine samtig weiche, nicht zu flüssige Konsistenz entsteht. Ziegenkäse (Weichkäse) würfeln und zusammen mit Rosmarin, Thymian, Majoran und Muskat hinzugeben. Teigblätter ausbreiten und in Fünfecke schneiden. Rote Bete-Masse auf die Teigblätter verteilen und Dreiecke an der langen Seite aufrollen. Börek-Rollen einzeln in das erhitzte Pflanzenöl geben, dies mit Butter abschmecken und Börek langsam frittieren. Abtropfen lassen und mit Honig beträufeln.

Für den Salat:

- frischer Wildkräutersalat, mit Blüten
- 60 g Rucola-Blätter
- 1 Schalotte
- 1 Limette
- 1 Granatapfel
- 10 Walnüsse
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Weißweinessig
- 1 EL Walnussöl
- 2 TL Dijon-Senf
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Blüten vom Salat für die Garnitur beiseitelegen. Salat und Rucola waschen und trockenschleudern. Schalotte abziehen und klein würfeln. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Olivenöl, Walnussöl und Essig vermischen. Senf dazu geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Granatapfel halbieren und mit einem Esslöffel auf die Schale klopfen, sodass die Kerne in eine Schüssel fallen. Walnüsse kleinhacken und Salatmischung mit Dressing vermengen. Mit Nüssen und Granatapfelkernen bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Gerlind Sahn

Tortelloni mit Parmaschinken-Salbei-Füllung und Tomatensugo

Zutaten für zwei Personen

Für die Nudeln: Das Mehl und die Eier mischen, gut durchkneten und kurz ruhen lassen. Teig mit der Nudelmaschine dünn ausrollen und 8 x 8 cm-große Quadrate auf dem Gries auslegen. Diese mit der Füllung füllen und formen. Tortellini im Salzwasser kochen.

200 g Weizenmehl
100 g Hartweizengries
2 mittelgroße Eier

Für die Füllung: Salbei abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Parmaschinken fein schneiden und mit Salbei und Pfeffer vermischen.

80 g Parmaschinken
½ Bund Salbei
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Sugo: Tomaten schälen, Kerne entfernen, vierteln und in Öl anbraten. Knoblauch abziehen, eine Hälfte fein hacken und die andere Hälfte zum Aromatisieren zu den Tomaten geben. Thymian und Oregano abbrausen, trockenwedeln und jeweils 1 Zweig klein hacken. Den jeweils anderen Zweig zum Aromatisieren zu den Tomaten geben. Gehackten Knoblauch, gehackten Thymian, gehackten Oregano, Oliven, Kapern und Butter zu den Tomaten geben, vermengen und einkochen lassen.

4 feste Eiertomaten
1 Knoblauchzehe
2 Zweige Thymian
2 Zweige Oregano
8 schwarze Oliven
1 EL Kapern
100 g kalte Butter
Olivenöl, zum Anbraten

Für das Topping: Parmesan hobeln. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Nudeln in der Sugo schwenken und mit Parmesan und Basilikum.Blättern krönen.

80 g Parmesan
½ Bund Basilikum

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Raphael Skerlan

Zucchini-Taler mit Tsatsiki und selbstgebackenem Fladenbrot

Zutaten für zwei Personen

Für die Taler:

1 mittlere Zucchini (Ø ~5-6 cm)
250 g fein geschnittener Bauchspeck
(bevorzugt Tiroler)
200 g Feta
2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin
2 TL Chilipulver
2 TL Paprikapulver
Neutrales Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Ober- & Unterhitze vorheizen. Zucchini waschen, trocken tupfen, von Enden befreien und in ca. 1 - 1,5 cm dicke Scheiben schneiden. Das Innere der Zucchini mit einem passenden runden Ausstecher ausstechen oder mit einem Gemüsemesser ausschneiden. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und mit Paprikapulver in den Feta mischen. Alles mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken. Speck so auflegen, dass er der Breite der Zucchini entspricht. Zucchini-Scheiben mit der Feta-Masse befüllen und mit dem Speck umschließen. Eine weitere Speckbahn normal zur ersten umwickeln. Zucchini-Scheiben in einer beschichteten Pfanne auf beiden Seiten in Öl anbraten, bis der Speck knusprig wird.

Für das Tsatsiki:

1 Salatgurke
200 g griechischer Joghurt (10% Fett)
3 Knoblauchzehen
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gurke waschen, trocken tupfen, von Enden befreien, halbieren, Kerne entfernen und mit einem Küchenhobel grob reiben. Gurke über einem Gefäß oder dem Waschbecken in ein Küchensieb geben und einsalzen, damit sie auswässern kann. Knoblauch abziehen und in den griechischen Joghurt pressen. Gurken in einem sauberen Stofftuch ausdrücken, mit dem Joghurt vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Fladenbrot:

250 g griechischer Jogurt (10 % Fett)
300 g Mehl
1 gestrichener TL Backpulver
2 TL ganze Anissamen
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Mehl, Backpulver und Salz vermischen und mit dem Joghurt und den Anissamen in der Küchenmaschine zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Sollte der Teig zu feucht sein, eine Prise Mehl dazugeben. Den Teig zu 4 kleinen Bällchen formen und mit einem Nudelholz ausrollen oder per Hand flache Fladen formen. Eine beschichtete Pfanne mit Öl auspinseln, die Pfanne bei mittlerer Hitze heiß werden lassen, Fladen hineinlegen und knusprig braun backen. Danach wenden und ebenfalls braun anbraten. Damit die Fladen auch wirklich fertig gebacken sind, am besten noch für etwa 3-5 Minuten in den Backofen legen.

Für die Garnitur:

2 entkernte Kalamata-Oliven

Tsatsiki mit den Oliven garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.