

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 26. Februar 2018** ▪
Leibgericht mit Johann Lafer



Sabine Schmelzer

Rehmedaillons mit zweierlei Stampf, Rahmschaum und Röstzwiebeln

Zutaten für zwei Personen

Für die Rehmedaillons:

2 Rehfilets à 120 g
 6 Scheiben Tiroler Speck
 1 EL Sonnenblumenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 50 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Rehfilets quer in 6 gleich große Medaillons schneiden, leicht salzen und pfeffern und mit Schinkenspeck umhüllen und beiseite stellen.

Nach 15 Minuten in einer heißen Pfanne mit Öl beidseitig scharf anbraten und im Ofen ruhen lassen.

Für den Kartoffel-Möhren-Stampf:

2 große Kartoffeln
 2 große Möhren
 50 g Butter
 1 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Möhren und Kartoffeln waschen, schälen und in Würfel schneiden. Einen Topf mit Salzwasser aufstellen und Möhren und Kartoffeln darin ca. 20 Minuten kochen.

Abgießen und zurück in den Topf geben. Mit Butter stampfen und mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Apfel-Rote-Bete-Stampf:

1 säuerlicher Apfel
 2 Knollen vorgegarte Rote Bete
 50 g Butter
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Apfel waschen, schälen, vom Kerngehäuse befreien und in Würfel schneiden. Die Rote Bete ebenfalls in Würfel schneiden.

Mit etwas Salz ca. 15 Minuten kochen, abgießen, zurück in den Topf geben und mit Butter stampfen.

Mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Röstzwiebeln:

1 große Zwiebel
 3 EL Buttermilch
 2 EL Mehl
 1 TL Currypulver
 1 TL rosenscharfes Paprikapulver
 2 Zweige Thymian
 150 ml Sonnenblumenöl
 1 TL feines Salz

Die Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. Mehl, Curry- und Paprikapulver in einer flachen Schale vermischen.

Die Zwiebelringe erst in Buttermilch und dann in der Curry-Mehl-Mischung wälzen.

Die Ringe in Sonnenblumenöl frittieren, herausnehmen, auf Küchenpapier entfetten und salzen.

Im gleichen Öl abgezupfte Thymianblättchen kurz frittieren, herausnehmen und beiseite stellen.

Für den Rahmschaum:

100 ml trockener Weißwein
 100 ml Wildfond
 1 Schalotte
 150 g Sahne
 100 g Butter

Die Schalotte abziehen, fein würfeln und in 1 EL Butter anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und mit Wildfond und Sahne aufgießen und die restliche Butter dazugeben. Reduzieren lassen und in einem Sahnespender schäumen.

Rehmedaillons mit zweierlei Stampf, Rahmschaum und Röstzwiebeln auf Tellern anrichten und servieren.



Benjamin Kraft

Tournedos Rossini mit Schwarzwurzelrösti und glasiertem Rosenkohl

Zutaten für zwei Personen

Für die Tournedos Rossini:

- 2 Rinderfiletmedaillons á 180 g
- 100 g Entenleber
- 150 g Schalotten
- 1 EL Tomatenmark
- 200 ml roter Portwein
- 200 ml Rinderfond
- 1 EL Mehl
- 3 Stiele Thymian
- 150 g Butter
- neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Rindermedaillons trocken tupfen, salzen und pfeffern. In einer Pfanne mit heißem Rapsöl kurz beidseitig anbraten, dann in den Ofen. Danach Medaillons aus der Pfanne nehmen, gewürfelte Schalotten hinein geben und anschwitzen. Zucker und Tomatenmark dazu geben und anrösten. Den Bratensatz mit Portwein und Fonds ablöschen und Thymian dazu geben.

Kurz vor dem Anrichten die Entenleber in Mehl wenden und ebenfalls anbraten. Beide Fleischstücke nachwürzen, aufeinander anrichten und anschließend mit der Soße beträufeln.

Für Schwarzwurzelrösti:

- 300 g Schwarzwurzel
- 1 Ei
- 1 Stiel Thymian
- 50 g Mehl
- 2 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schwarzwurzel mit Handschuhen sorgfältig schälen, in Zitronenwasser legen und grob raspeln. Das Ei verquirlen und Thymian fein hacken. Schwarzwurzel mit Ei, Thymian und Mehl mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Aus der Masse nacheinander kleine Rösti braten, aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für glasierten Rosenkohl:

- 200 g Rosenkohl
- 4 EL Butter
- 1 TL Zucker
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Rosenkohl putzen, in kochendem Salzwasser 4 Minuten kochen, in Eiswasser blanchieren, in einer Pfanne mit aufgeschäumter Butter glasieren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Tournedos Rossini mit Schwarzwurzelrösti und glasiertem Rosenkohl auf Tellern anrichten und servieren.



Mia Feldmann

Kartoffel-Blumenkohl-Risotto mit gebratenem Zander

Zutaten für zwei Personen

Für das Kartoffel-Blumenkohl-Risotto:

400 g vorwiegend festkochende
Kartoffeln
400 g Blumenkohl
1 kleine Zwiebel
2 Knoblauchzehen
100 ml Weißwein
400 ml Gemüsefond
12 Safranfäden
80 g Pinienkerne
80 g Parmesan
2 Stängel glatte Petersilie
40 g kalte Butter
2 EL Olivenöl
Gemahlener Cayennepfeffer, zum
Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Zander:

2 Zanderfilets mit Haut à 220 g
½ Zitrone
2 Knoblauchzehen
2 Zweige Thymian
1 Zweig Rosmarin
2 EL Butter
1 EL neutrales Pflanzenöl
Mehl, zum Bestäuben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen und fein würfeln. Zwiebel und Knoblauch abziehen und ebenfalls fein würfeln. Blumenkohl in Röschen teilen und klein schneiden.
Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten. Kartoffelwürfel zugeben und bei niedriger Hitze 2 Minuten schmoren. Mit Weißwein ablöschen, 200 ml Fond angießen und ca. 10 Minuten einkochen, bis die Kartoffeln bissfest sind. Blumenkohl, Safran und Pinienkerne zugeben. Mit übrigem Fond auffüllen und ca. 5 Minuten auf die Hälfte einkochen.
Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln, hacken und zugeben. Parmesan reiben und etwas mehr als die Hälfte mit kalter Butter unterrühren. Übrigen Parmesan darüber streuen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Zanderfilets abbrausen, trocken tupfen und nochmals halbieren. Den Fisch mit Salz und Pfeffer würzen, die Hautseite mit etwas Mehl bestäuben.
Den Fisch in Öl mit Rosmarin, Thymian und angedrücktem Knoblauch auf der Hautseite etwa 5 Minuten braten. Die Butter dazugeben, den Fisch wenden und 1 Minute mit der heißen Butter übergießen.

Das Kartoffel-Blumenkohl-Risotto mit dem Zander auf Tellern anrichten und servieren.



Florian Meyer

Gefüllte Süßkartoffel mit mediterranem Gemüse, Linsen und Cashew-Kräutercreme

Zutaten für zwei Personen

Für die Süßkartoffel:
2 Süßkartoffeln à 150 g

Die Süßkartoffeln mit einer Gabel einstechen und in einem Topf mit reichlich kochendem Salzwasser etwa 25 Minuten gar kochen.

Für die Linsen:
100 g rote Linsen
250 ml Gemüsefond
¼ Bund glatte Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Linsen unter kaltem Wasser abspülen und mit dem Gemüsefond 12 Minuten weichkochen. Die Flüssigkeit abgießen und warmhalten. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, hacken und untermischen. Die Linsen mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Cashew-Kräutercreme:
120 g Cashewkerne
1 Zitrone, davon Saft und Abrieb
3 TL Kokosmilch
½ Bund Schnittlauch
¼ Bund glatte Petersilie
½ TL getrocknete mediterrane Kräuter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Petersilie und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und grob hacken. Cashewkerne, Kokosmilch, 3 TL Wasser und Kräuter in einer Moulinette ca. 2 Minuten fein pürieren.

Das Mus mit Zitronensaft und -abrieb, mediterranen Kräutern, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Gemüse:
1 Zucchini
2 Karotten
100 g Cherrytomaten
½ TL getrocknete mediterrane Kräuter
2 EL Olivenöl

Die Zucchini und die Cherrytomaten waschen und trocken tupfen. Die Karotten schälen, von den Enden befreien und würfeln. Die Zucchini vierteln und in Scheiben schneiden und die Cherrytomaten halbieren. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, Cherrytomaten, Zucchini und Karotten anbraten und die mediterranen Kräuter hinzugeben.

Für die karamellisierten Zwiebeln:
200 g rote Zwiebeln
25 g Butter
25 g kalte Butter
50 ml trockener Weißwein
½ EL Zucker
½ EL flüssiger Honig

Die Zwiebeln abziehen, in Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit heißer Butter schwenken. Mit Zucker bestreuen und diesen leicht karamellisieren. Den Honig hinzugeben und alles gut vermischen. Mit Wasser auffüllen, sodass alle Zwiebeln bedeckt sind. Die Flüssigkeit einkochen lassen, erneut mit Wasser auffüllen und reduzieren lassen. Mit Weißwein ablöschen und von der Platte nehmen.

Die kalte Butter untermischen.

Die gekochten Linsen, das Gemüse und die Creme auf der Kartoffel anrichten und sofort servieren!



Martina Farkas

Pochierter Kabeljau mit Vanille-Sud, Spinat und Salzkartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für den Kabeljau:

450 g Kabeljau ohne Haut
150 ml Weißwein
200 ml Fischfond
150 g Sahne
½ TL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Kabeljau waschen, trocken tupfen und in 2 Filets schneiden. Salz und Zucker mischen und die Filets damit bestreuen. Weißwein und Fischfond aufkochen. Die Sahne unterrühren und aufkochen. Den Kabeljau in den Pochiersud geben, vom Herd nehmen und 15 Minuten zugedeckt stehen lassen. Den Kabeljau abtropfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Pochiersud für die Vanillesauce aufbewahren.

Für die Kartoffeln:

6 vorwiegend festkochende Kartoffeln
1 EL feines Salz

Die Kartoffeln schälen, waschen und in Stücke schneiden. Kartoffeln zugedeckt in kochendem Salzwasser ca. 15 Minuten garen, abgießen und ausdampfen lassen.

Für Spinat:

500 g frischer Blattspinat
2 Schalotten
1 EL Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Spinat abrausen und putzen. Schalotten abziehen. Butter in einem Topf zerlassen, Schalotten darin anschwitzen, Spinat dazugeben und 5 Minuten dünsten. Abtropfen, mit den Händen ausdrücken und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Vanillesauce:

1 Vanilleschote
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Vanilleschote längs halbieren, das Mark auskratzen und Schote in den Pochiersud des Kabeljaus geben. Miteinander einkochen lassen und durch ein Sieb streichen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Pochierter Kabeljau mit Spinat, Vanillesauce und Salzkartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.



Wolf-Hinrich Struve

Spicy Currywurst mit Süßkartoffel-Pommes und gefüllter Avocado

Zutaten für zwei Personen

Für die Süßkartoffel-Pommes:

2 Süßkartoffeln
4 EL Sonnenblumenöl
Salz, aus der Mühle

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Süßkartoffeln schälen und in Form von Pommes schneiden. Backpapier auf ein Blech legen und mit Öl bestreichen. Süßkartoffel-Pommes auf dem Blech verteilen und für 20 Minuten im Ofen backen. Aus dem Ofen holen und leicht salzen.

Kurz durchmischen und so das Salz ausreichend verteilen.

Für die Currywurst:

2 feine Bratwürste
2 EL selbstgemachtes Currypulver
20 g Butterschmalz

Die Currywürste in ca. ½ cm dicke Scheiben schneiden. Mit Curry bestreuen und 15 Minuten ziehen lassen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Currywurststücke scharf anbraten.

Für die Sauce:

1 Orange, davon der Saft
250 ml Cola
90 g Apfelmus
1 EL Worcester Sauce
½ TL Chili-Würzsauce
250 g Tomatenketchup

Die Orange halbieren, eine Hälfte auspressen und Saft auffangen. Cola in einem Topf ca. 8 Minuten einkochen, bis die Flüssigkeit auf 50 ml eingekocht ist. Apfelmus, Worcestersauce, Chili-Würzsauce, Tomatenketchup und Orangensaft einrühren und leicht köcheln lassen.

Nach ca. 5 Minuten die Sauce zur Wurst geben und weitere 5 Minuten unter mehrmaligem Wenden braten. Die Wurststücke in eine Schale geben.

Für die Avocado:

1 reife Avocado
1 feste Tomate
1 Zwiebel
2 EL dunkler Balsamico-Essig
1 TL getrockneter Oregano
½ Bund Basilikum
4 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Avocado längs halbieren und den Kern herausnehmen.

Avocadohälften mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.

Tomate waschen, trocken tupfen, halbieren, Strunk entfernen und fein würfen. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Tomate und Zwiebeln über die Avocadohälften geben. Basilikum abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken.

Mit Olivenöl und Balsamico beträufeln und die Kräuter darüber streuen.

Für die Garnitur:

2 Blätter Kopfsalat
1 EL Currypulver, zum Bestreuen

Den Salat waschen und trockenschleudern.

Die Spicy Currywurst mit Süßkartoffel-Pommes und gefüllter Avocado auf Tellern anrichten und servieren.