

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 25. Juni 2018** ▪
Leibgericht mit Johann Lafer



Inga Quotadamo

**Hähnchen-Saltimbocca mit Senf-Feigen-Jus,
selbstgemachten Spätzle und Zuckerschoten**

Zutaten für zwei Personen

Für das Saltimbocca: Den Ofen auf 200 Grad Heißluft vorheizen.

2 Hähnchenbrustfilets à 200g
 60 g Taleggio
 4 Scheiben Serranoschinken
 ca. 6 frische Salbeiblätter
 Mehl, zum Mehlieren
 40 g Butter
 Olivenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Bunter Pfeffer, aus der Mühle

Das Hähnchen waagerecht in dünne Scheiben schneiden, etwas plattieren, wenn nötig. Salbei, Serranoschinken und Taleggio auf die Scheibe legen und mit oberer Scheibe abdecken, Zahnstocher zum verschließen nutzen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mehlieren. In einer Pfanne mit Öl und Butter und etwas Salbei anbraten. Im Ofen ca. 15 Minuten weitergaren lassen.

Für die Sauce: Feigen abbrausen, trocken tupfen und komplett mit Haut kleinschneiden. In einer Pfanne mit Senf und Portwein anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Zucker und Sahne verfeinern. Orange halbieren, Saft auspressen und auffangen. Die Sauce damit abschmecken.

4 frische Feigen
 1 Orange (Saft)
 4 EL Portwein
 2 EL grobkörniger süßer Senf
 100 g Sahne
 Zucker, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Spätzle: Mehl mit 60 ml Wasser vermengen. Eier aufschlagen und mit Muskat und Salz dazugeben. So lange verrühren, bis sich Bläschen bilden. Kurz ziehen lassen und dann durch die Spätzlepresse in leicht kochendes Wasser schaben.

120 g Mehl
 2 Eier
 1 Muskatnuss
 Salz, aus der Mühle

Für die Zuckerschoten: Zuckerschoten waschen, trocken tupfen und die Enden abschneiden. In einer Pfanne mit Butter schwenken, mit Salz bestreuen und in Zucker etwas karamellisieren lassen.

100 g Zuckerschoten
 2 EL Butter
 Zucker, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle

Für die Garnitur:
 Essbare bunte Blumen

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Kali Schneider

Königsberger Klopse mit Erbsenpüree

Zutaten für zwei Personen

Für die Brühe:

1 EL Kapern
3 EL Sardellen
3 EL gesalzene Butter
2 EL weißer Balsamico
750 ml Rinderfond
1 Muskatnuss
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Butter in einem großen Topf zerlassen. Sardellen in kleine Würfel schneiden. Diese zusammen mit den Kapern in der Butter anschwitzen. Mit dem Balsamico ablöschen und mit dem Fond aufgießen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für die Klopse:

150 g mageres Schweinehackfleisch
200 g mageres Kalbshackfleisch
3 Schalotten
1 Knoblauchzehe
1 altbackenes Brötchen
50 ml Milch
1 EL Sardellen
1 Eigelb
1 Ei
½ Zitrone
1 EL glatte Petersilie
1 EL Butterschmalz
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und in Würfel schneiden. Zwiebelwürfel und Knoblauch in der Pfanne glasig dünsten. Herausnehmen und abkühlen lassen. Beides anschließend mit dem Hackfleisch in eine Schüssel geben.

Brötchen entrinden, in Würfel schneiden und in der Milch einweichen. Sardellen in kleine Würfel schneiden. Die Eigelbe und das Ei zusammen mit der ausgedrückten Brötchenmasse und den Sardellenwürfeln zum Hackfleisch geben. Alles gut verkneten und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Etwas Abrieb von der Zitrone dazugeben.

Petersilie abbrausen, trocken wedeln und feinhacken.

Petersilie darunter rühren. Aus der Masse 8-10 Klopse formen. Diese auf einen Teller legen und kühl stellen.

Die Fleischklopse in die leicht köchelnde Brühe geben und bei geringer Hitze im offenen Topf 10-15 Minuten garziehen lassen.

Für die Sauce:

50 g Butter
40 g Mehl
300 ml Milch
200 ml Schlagsahne
1 Glas Kapern
1 Prise Muskatnuss
½ Zitrone (Saft & Abrieb)
1 Prise Zucker

Butter in einem Topf schmelzen. Mehl mit dem Schneebesen einrühren und anschwitzen. Milch und Kochsud nach und nach zugießen und immer gut umrühren. Aufkochen und bei mittlerer Hitze 5 Minuten unter Rühren kochen.

Schlagsahne und Kapern dazugeben und aufkochen.

Mit 1 Prise Muskatnuss, 1 Spritzer Zitronensaft, 1 TL Zitronenschale, Salz und 1 Prise Zucker würzen.

Für das Erbsenpüree:

450 g TK-Erbsen
1 Knoblauchzehe
1 EL Butter
100 ml Gemüsefond
2 EL Crème fraîche
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und fein würfeln und in Butter 2 Minuten dünsten. Erbsen zugeben und 2 Minuten mitdünsten.

Gemüsefond zugießen und die Erbsen zugedeckt bei mittlerer Hitze 5 Minuten kochen. Erbsen grob pürieren, sodass einige Erbsen ganz bleiben. Crème fraîche unterrühren und das Püree mit Salz und Pfeffer würzen.



Dana Burde

Gebratener Zander mit Zwiebelmarmelade, rotem Linsen-Püree, Kräuter-Curry-Sauce und Paprikagemüse

Zutaten für zwei Personen

Für den Zander: Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

1 Zanderfilet à 300 g (mit Haut) Zanderfilet in 2 gleichgroße Stücke schneiden. Zitrone halbieren und auspressen. Zander mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen und 10 Minuten ziehen lassen. Anschließend in etwas Kokosöl auf der Hautseite in einer Pfanne anbraten, mit der anderen Seite auf ein Backblech legen und für ca. 10 Minuten im Ofen gar ziehen lassen.

Für die Zwiebelmarmelade: Zwiebeln abziehen und in Streifen schneiden. Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen, das Kokosöl und die Zwiebeln hinzufügen und bräunlich anbraten. Anschließend mit Rotwein ablöschen. Balsamicocreme und Salz hinzufügen und unter Rühren ca. 20 Minuten einköcheln lassen.

4 rote Zwiebeln
250 ml Rotwein
2 EL Balsamicocreme
1 EL Kokosöl
2 EL Rohrohrzucker
Salz, aus der Mühle

Für das Püree: Linsen in einem Topf mit 500 ml Wasser und Salz weich kochen. Rote Bete kleinschneiden und zusammen mit Kokoscreme und Garam Masala hinzugeben. Hitze reduzieren. Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten und ebenfalls hinzugegeben. Alles pürieren.

250 g rote Linsen
250 g vorgegarte rote Bete
50 g Walnüsse
100 ml Kokoscreme
1 TL Garam Masala
1 TL Salz

Für die Sauce: Currypulver in einer Pfanne ohne Fett rösten. Anschließend heraus nehmen. Rucola und Basilikum abbrausen, trocken wedeln und kleinhacken. Kokosöl erhitzen, den Basilikum und den Rucola darin anrösten, mit der Kokosmilch ablöschen, das geröstete Currypulver und Salz hinzufügen, pürieren und nochmals abschmecken.

50 g Rucola
1 Bund Basilikum
400 ml Kokosmilch
1 TL Kokosöl
2 EL Currypulver
Salz, aus der Mühle

Für das Gemüse: Cashewkerne hacken, ohne Öl in einer Pfanne rösten und beiseite stellen. Zuckerschoten und Paprika abbrausen, trocken tupfen und kleinschneiden. Gemüse in etwas Kokosöl anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

2 gelbe Paprikaschoten
200 g Zuckerschoten
50 g Cashewkerne
Kokosöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Stefan Langlotz

Rinderfilet mit Speckbohnen und Balsamicosauce

Zutaten für zwei Personen

- Für das Rinderfilet:** Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.
 2 Rinderfilets à 200 g Knoblauch abziehen und andrücken. Rinderfilet im heißen Olivenöl, mit Rosmarinzweigen und Knoblauchzehen scharf anbraten. Ein Thermometer ins Fleisch stecken und so lange garen bis das Fleisch eine Kerntemperatur von 55 Grad erreicht hat. Vor dem Servieren mit Salz und Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle würzen.
- Für die Bohnen:** Bohnen in einem Topf mit heißem Wasser ca. 5 Minuten kochen. Mit kaltem Wasser abschrecken.
 300 g Prinzessbohnen
 200 g Bacon, in Scheiben
 Neutrales Öl, zum Braten
 Mit Speck umwickeln und in heißem Öl anbraten.
 Mit Salz und Pfeffer würzen
- Für die Balsamicosauce:** Schalotten und Knoblauch abziehen und klein schneiden. In einer Pfanne mit heißem Öl und Zucker anschwitzen.
 2 Schalotten
 2 Knoblauchzehen
 1 TL Tomatenmark
 Tomatenmark dazu geben und kurz andünsten. Mit Rotwein ablöschen und stark reduzieren lassen. Kalbsfond zugeben und erneut stark reduzieren. Durch ein Sieb passieren und in einen kleinen Topf geben.
 100 ml lieblicher Rotwein
 2 EL Balsamico
 250 ml Kalbsfond
 50 ml Gemüsefond
 Den Balsamico und Gemüsefond dazu geben und aufkochen lassen.
 1 TL Zucker
 Neutrales Öl, zum Braten
- Für die Garnitur:** Tomaten abbrausen und trocken tupfen. Tomaten in heißes Öl geben und kurz anbraten. Auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Mit Salz bestreuen.
 3 Kirschtomaten
 Salz, aus der Mühle
- Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Sylvia Müller

Feurige Involtini mit Rotweinsauce und Kartoffelpüree

Zutaten für zwei Personen

Für die feurigen Involtini: Den Knoblauch abziehen. Parmesan, getrocknete Tomaten, Chili und Knoblauch im Mixer zerkleinern.
 4 kleine dünne Rinderschnitzel Schnitzel trockentupfen und zwischen zwei Klarsichtfolien plattklopfen.
 50 g Lardo (fein geschnitten) Die Schnitzel mit dem Lardo belegen, die Parmesan-Tomatenfülle dünn auftragen und einrollen.
 2 Knoblauchzehen Involtini in heißer Pfanne mit Öl anbraten, herausnehmen und beiseite stellen.
 50 g getrocknete Tomaten
 1 Chilischote mittelscharf
 100 g Parmesan
 Neutrales Öl, zum Braten

Für die Sauce: Bratensatz der Pfanne mit Rotwein aufgießen und einkochen lassen.
 100 ml Traubensaftessenz Traubensaftessenz vorsichtig dazugeben, bis die richtige Süße gegeben ist. Mit Salz, Pfeffer, Senf und Sojasauce abschmecken.
 125 ml Rotwein
 1 TL Dijonsenf
 3 EL Sojasauce
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Kartoffelpüree: Kartoffeln schälen, grob würfeln und in Salzwasser weichkochen.
 250 g mehligkochende Kartoffeln Milch mit Butter in einem Topf kurz aufkochen.
 50 ml Milch Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken und die noch warme Milch-Butter Mischung nach und nach unterrühren.
 40 g Butter Zum Schluss mit Salz und Muskat abschmecken.
 1 TL Muskat
 Salz, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Björn Truckenbrod

Kabeljau mit Kartoffel-Carpaccio, Petersilien-Pesto und Orangen-Möhren

Zutaten für zwei Personen

- Für den Kabeljau:** Kabeljau abtupfen. Zitrone halbieren, eine Hälfte auspressen und den Saft der Zitrone mit Salz, Pfeffer und Sojasauce vermengen. Kabeljau mit der Zitronen-Sojamarinade marinieren.
 1 Kabeljaufilet à 400 g (ohne Haut)
 1 Zitrone
 4 EL Sojasauce
 100 ml Weißwein
 Butter, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzen Pfeffer, aus der Mühle
 Kabeljau mit Weißwein und Butter in einer Pfanne braten.
- Für die Kartoffeln:** Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Mit Trüffelöl marinieren und als Carpaccio auf ein Backblech legen und für ca. 30 Minuten garen.
 6 festkochende Kartoffeln
 4 EL Trüffelöl
- Für das Pesto:** Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl rösten. Parmesan, Pinienkerne, Salz, Pfeffer und Olivenöl in einem Mixer zerkleinern. Pesto über den Kabeljau geben.
 1 Bund krause Petersilie
 100 g Parmesan
 100 g Pinienkerne
 250 ml Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Möhren:** Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Möhren und Orange schälen. Knoblauch abziehen und mit Möhren, Rosmarin, Thymian, Lorbeerblättern, halber Orange und Butter in einem Topf kochen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Nachdem die Möhren gar sind, diese mit Knoblauch und der anderen Hälfte Orange und Knoblauch in Butter durchschwenken. Mit Zucker abschmecken.
 300 g Möhren
 1 Orange
 1 Knoblauchzehe
 3 Zweige Rosmarin
 3 Zweige Thymian
 3 Lorbeerblätter
 150 g Butter
 Zucker, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.