



| Die Küchenschlacht – Hauptgang & Dessert vom 20. August 2009 |

„Seco (Koriander-Gulasch)“ von Lea Müller-Hepe

Zutaten für zwei Personen

300 g	Schweinefilet
250 g	Duftbruchreis
4	Kartoffeln, festkochend
1	Karotte
1	Zwiebel, rot
1	Ají
50 g	Erbsen, TK-Ware
1	Gemüsebrühwürfel
25 g	Koriander, frisch
1 Zehe	Knoblauch
100 ml	Rotwein
50 ml	Sonnenblumenöl
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Reis in gesalzenem Wasser gar kochen.

Die Kartoffeln mit Schale in gesalzenem Wasser gar kochen.

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden. Die Streifen in Sonnenblumenöl anbraten. Die Zwiebel und den Knoblauch anschließend hinzugeben und mitbraten.

Den Koriander mit Stielen und den Ají zusammen mit 150 Millilitern Wasser pürieren. Das Fleisch mit der Ají-Koriander-Mischung ablöschen, die Erbsen hinzugeben und bei geringerer Hitze weiterkochen.

Die Karotte putzen, würfeln und mit in die Pfanne geben. Nach und nach den Rotwein angießen und einen halben Gemüsebrühwürfel hinzugeben.

Die Kartoffeln pellen.

Das Fleisch in der Sauce in einem separaten Schälchen auf Tellern anrichten, den Reis und die Kartoffeln seitlich platzieren.



„Beeren-Tiramisu“ von Lea Müller-Hepe

Zutaten für zwei Personen

100 g	Himbeeren
100 g	Blaubeeren
100 g	Löffelbiskuits
2	Eier
160 g	Mascarpone
80 g	Speisequark
60 g	Zucker
1TL	Vanillezucker
1	Orange, unbehandelt
	Puderzucker, zum Dekorieren

Zubereitung

Die Eier trennen und die Eigelb mit dem Zucker schaumig schlagen. Den Mascarpone, den Speisequark und den Vanillezucker zu einer homogenen Masse vermischen und diese unter die Eigelbmasse heben.

Die Orange halbieren und auspressen.

Dessertgläser mit etwas Creme füllen, einige Löffelbiskuits darauf verteilen, mit dem Orangensaft tränken, die Hälfte der Beeren darauf geben und erneut mit Creme bedecken. Ein weiteres Mal Löffelbiskuits und Creme schichten. Mit den restlichen Beeren und etwas Puderzucker verzieren.



„Lammfilet mit Senfkruste und Kartoffeln“ von Peter Wettengel

Zutaten für zwei Personen

6	Lammfilets
4	Kartoffeln, festkochend, jung
3	Schalotten
1 Schote	Chili
4 EL	Semmelbrösel
1 Zehe	Knoblauch
2 Zweige	Rosmarin
2 Zweige	Thymian
4 EL	Dijonsenf, grobkörnig
100 ml	Lammfond
3 EL	Olivenöl
50 g	Butter
	Kräuter der Provence, getrocknet
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 250 Grad Grillstufe vorheizen. Die Kartoffeln in Salzwasser gar kochen.

Die Chilischote halbieren, entkernen, fein hacken und mit den Semmelbröseln vermischen.

Die Lammfilets waschen, trocken tupfen und von allen Seiten in zwei Esslöffeln Olivenöl kurz anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Schalotten und die Knoblauchzehe abziehen und fein schneiden. Die Schalotten und den Knoblauch im Bratenfond anschwitzen. Den Thymian und den Rosmarin zupfen, fein hacken und mit in die Pfanne geben. Das Ganze kurz andünsten und anschließend mit dem Lammfond ablöschen. Die Sauce zum Schluss mit 30 Gramm Butter binden.

Die Lammfilets mit dem Senf bestreichen und in der Semmelbröselmischung wenden. Ein Backblech mit dem restlichen Olivenöl einfetten, das Fleisch darauf legen und auf der mittleren Schiene etwa drei Minuten grillen, bis die Kruste goldbraun ist.

Die Kartoffeln in der restlichen Butter schwenken und mit Kräutern der Provence verfeinern.

Die Lammfilets mit den Kartoffeln auf Tellern anrichten und mit der Sauce beträufeln.



„Flüssige Schwarzwälder Kirschtorte“ von Peter Wettengel

Zutaten für zwei Personen

200 ml	Kirschsaf
2 cl	Kirschwasser
2 cl	Schokoladenlikör
80 ml	Sahne
2	Kirschen, kandiert, mit Stiel
20 g	Zartbitterschokolade

Zubereitung

Den Kirschsaf aufkochen und das Kirschwasser mit dem Schokoladenlikör dazugeben.

Die warme Flüssigkeit in Dessertgläser füllen. Die Sahne halb steif schlagen und darauf geben. Die Schokolade raspeln und über das Dessert streuen. Zum Schluss mit den Kirschen garnieren.



„Seezungenroulade mit grünem Gemüse und Dill-Weißwein-Sauce“ von Ina Stamer

Zutaten für zwei Personen

4	Seezungenfilets, à 125 g
100 g	Nordseekrabben
200 g	Brokkoli
200 g	Crème fraîche
1 TL	Cognac
2 EL	Butter
80 ml	Weißwein, trocken
1	Zitrone, unbehandelt
2	Eier
2 EL	Mandelblättchen
1 TL	Pfefferkörner, schwarz
1	Lorbeerblatt
1 Bund	Dill
	Fischgewürz
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Dill zupfen und fein hacken. Die Fischfilets waschen und trocken tupfen. Die Zitrone halbieren, pressen, die Seezungen mit Zitronensaft beträufeln und mit Fischgewürz und Salz würzen. Die Hälfte der Krabben darauf verteilen und mit etwas Dill bestreuen. Die Fischfilets einrollen und mit einem Zahnstocher fest stecken.

Die Pfefferkörner zusammen mit einem Teelöffel Salz, dem Lorbeerblatt, 50 Millilitern Weißwein und 400 Millilitern Wasser aufkochen. Die Fischrouladen in den Sud legen und darin etwa sieben Minuten ziehen lassen.

Den Brokkoli in Röschen teilen und in Salzwasser garen.

125 Milliliter des Fischsud aufkochen lassen und die Crème fraîche, den restlichen Weißwein und den Cognac hineingeben.

Die Eier trennen und die Eigelb separat mit etwas Sauce und der Butter vermischen. Die Ei-Mischung nun in die Sauce geben. Die restlichen Krabben und den Dill ebenfalls in die Sauce geben und das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett anrösten.

Die Fischrouladen in die Sauce geben und etwa fünf Minuten darin ziehen lassen.

Jeweils zwei Rouladen zusammen mit dem Brokkoli auf Tellern anrichten. Die Sauce darüber geben und mit das Ganze mit den Mandelblättchen dekorieren.



„Apfelküchle im Bierteig“ von Ina Stamer

Zutaten für zwei Personen

1	Apfel
100 g	Weizenmehl
2	Eier
4	Erdbeeren
50 ml	Bier
2 EL	Öl
2 TL	Zimt
1 EL	Zucker
	Salz

Zubereitung

Das Mehl zusammen mit den Eiern, dem Bier, einer Prise Salz und einem Teelöffel Zimt zu einem glatten Teig vermischen.

Den Apfel schälen, das Kerngehäuse ausstechen und in vier zentimeterbreite Ringe schneiden. Die Apfelringe im Teig wenden und im Öl goldbraun ausbacken. Anschließend auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Die Erdbeeren halbieren, den Strunk entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Den restlichen Zimt mit dem Zucker vermischen.

Je zwei Apfelringe auf Tellern anrichten. Mit der Zimtmischung bestreuen und mit Erdbeeren dekorieren.