



| Die Küchenschlacht - Leibgerichte vom 24. August 2009 |

„Boeuf Stroganoff mit Spätzle“ von Christina Hutter

Zutaten für zwei Personen

300 g	Rinderfilet
200 g	Champignons
100 g	Essiggurken, aus dem Glas
1	Zwiebel
2	Eier
125 ml	saure Sahne
200 ml	Wasser
200 g	Mehl
6 EL	Olivenöl
1 TL	Paprikapulver
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 70 Grad Umluft vorheizen

Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen, in dünne Scheiben und anschließend in Streifen schneiden. Drei Esslöffel Öl in einer Pfanne erhitzen, das Fleisch darin kurz rundum anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend im Backofen warm stellen.

Die Zwiebel abziehen, klein schneiden und mit dem restlichen Öl in einer Pfanne goldgelb anrösten. Die Champignons putzen und klein schneiden. Die Essiggurken abtropfen lassen und ebenfalls klein schneiden. Anschließend beides zu den Zwiebeln geben und weiter braten. Das Paprikapulver darüber geben und das Ganze gut verrühren.

Die saure Sahne mit etwas Wasser und einem Esslöffel Mehl in einer Schüssel verquirlen und zum Röstgemüse gießen. Anschließend das Ganze kurz aufkochen lassen, das Fleisch hinzugeben, verrühren und etwas ziehen lassen.

Für die Spätzle die Eier mit Salz verquirlen, das restliche Mehl sieben, unterrühren und das Wasser zugeben. Nun den Teig kräftig schlagen, bis er Blasen wirft. Die Spätzle in kochendes Salzwasser mit dem Spätzlehobel geben und so lange garen lassen bis sie oben schwimmen.



„Frikadelle mit Tagliarinis und Tomatensauce“ von Nikolai Petrow

Zutaten für zwei Personen

250 g	Hackfleisch, gemischt
50 g	Speck, durchwachsen
1	Brötchen, vom Vortag
3	Tomaten, mittelgroß
2	Zwiebel
1	Karotte
3	Eier
1 Knolle	Sellerie
150 g	Tomaten, aus der Dose
150 ml	Weißwein, trocken
2 TL	Speisestärke
5 EL	Olivenöl
60 g	Butter
50 g	Parmesan, am Stück
200 g	Mehl
1 Bund	Basilikum
0,5 Bund	Petersilie, glatt
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Salz

Zubereitung

Eine Zwiebel abziehen und fein würfeln. Das Brötchen in Wasser einweichen. Die Petersilie fein hacken und den Speck klein schneiden. Anschließend die Zwiebel mit dem Hackfleisch, der Petersilie und dem eingeweichten Brötchen mischen, mit Salz und Pfeffer würzen und daraus Frikadellen formen.

Für die Sauce den Sellerie schälen und klein schneiden. Die Karotte schälen und grob würfeln. Die restliche Zwiebel abziehen und hacken. Den Speck klein schneiden. Den Sellerie, die Zwiebelwürfel, die Karotte und den Speck in zwei Esslöffel Öl anschwitzen und anschließend die Dosentomaten hinzugeben. Nach etwa vier Minuten die Hälfte des Basilikums und den Weißwein dazugeben. Anschließend das ganze 20 Minuten köcheln lassen und durch ein Sieb passieren.

Die Frikadellen mit zwei Esslöffeln Öl in einer Pfanne bei geringer Hitze von beiden Seiten anbraten.

Das Mehl und die Eier mischen, salzen und gut durchkneten. Den Teig zwei Minuten ruhen lassen. Anschließend mit der Nudelmaschine Tagliarinis herstellen.

Die Tomaten am Stielansatz kreuzweise einritzen, blanchieren, schälen, das Kerngehäuse entfernen und klein schneiden. Die Sauce mit Speisestärke andicken. Die restlichen Basilikumblätter abzupfen, klein schneiden und anschließend mit der Hälfte der Butter und den Tomatenstücken einrühren.

Die Tagliarinis in reichlich Salzwasser drei Minuten kochen, anschließend das restliche Öl darüber geben. Die Frikadellen kurz in der restlichen Butter schwenken.

Die Sauce in den tiefen Teller anrichten. Die Tagliarinis zu Nestern zusammendrehen, darauf setzen und je eine Frikadelle auf die Nudeln geben. Mit je einem Basilikumblatt garnieren und den Parmesankäse dazu reichen.



„Straußensteak mit Rosmarinkartoffeln und Keniabohnen“ von Julija Koltunova

Zutaten für zwei Personen

300 g	Straußenfilet
400 g	Keniabohnen
220 g	Drillinge, festkochend
200 ml	Kalbsjus
70 ml	Madeira
120 ml	Rotwein
10	Kirschtomaten, am Strauch
3	Schalotten
100 g	Butter
1 Zehe	Knoblauch
2 Zweige	Bohnenkraut
5 Zweige	Rosmarin
2 Zweige	Thymian
200 ml	Olivenöl
	Zucker
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln halbieren und in eine Auflaufform geben. Zwei Zweige Rosmarin abzupfen. Anschließend die Kartoffeln mit 150 Millilitern Olivenöl, Salz, Pfeffer und den Rosmarinnadeln vermischen und für 15 Minuten im Backofen garen lassen.

Die Bohnen in kochendem Wasser blanchieren. Die Schalotten abziehen und die Hälfte zusammen mit dem Thymian, zwei Zweigen Rosmarin und dem Bohnenkraut klein schneiden. 50 Gramm Butter in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten, die Bohnen, den Thymian und Rosmarin und das Bohnenkraut hinzufügen, salzen und pfeffern und das Ganze ziehen lassen.

Das Straußenfilet waschen, trocken tupfen, in einer Pfanne im restlichen Olivenöl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend im Backofen bei 80 Grad fünf Minuten ruhen lassen.

Die Tomaten zuckern, salzen und pfeffern. Den Knoblauch abziehen und zusammen mit dem restlichen Rosmarin und den Tomaten im Ofen garen lassen.

Für die Sauce die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen, die übrigen Kräuter und die restlichen Schalotten hinzufügen, anbraten und anschließend mit dem Madeira, dem Rotwein und dem Kalbsjus ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen.



„Thüringer Rostbrätl mit Kartoffelpuffer und Zwiebelgemüse“ von André Dietzel

Zutaten für zwei Personen

2	Schweinenackensteaks
500 ml	Bier, Thüringer
3	Kartoffeln, groß, mehligkochend
1	Ei
3	Zwiebeln
20 g	Mehl
20 g	Butter
1 TL	Senf , mittelscharf
1 TL	Kümmel, aus der Mühle
6 EL	Pflanzenöl
1 Zweig	Majoran
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Nackensteaks waschen, trocken tupfen und plattieren. Anschließend in eine Schüssel geben, mit 375 Milliliter Bier auffüllen und dem Senf mischen und darin ziehen lassen.

Die Kartoffeln schälen und grob Reiben. Anschließend mit dem Ei und dem Mehl vermischen und mit Salz und etwas gemahlenem Kümmel würzen. Eine Pfanne mit drei Esslöffel Pflanzenöl erhitzen und die Kartoffelpuffer darin goldbraun braten.

Die Zwiebeln abziehen, halbieren und in Streifen schneiden. In einer Pfanne zehn Gramm Butter zerlassen und die Zwiebeln darin glasig dünsten, das restliche Bier zugießen und weiter dünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend die Blätter des Majoran abzupfen und hinzufügen.

Eine Pfanne mit dem restlichen Öl erhitzen. Die Nackensteaks abtupfen, mit Salz und Pfeffer würzen, mehlieren und die Nackensteaks von beiden Seiten in der Pfanne anbraten. Das Pflanzenöl abgießen, die restliche Butter in die Pfanne geben und beidseitig nachbraten.

Die Kartoffelpuffer auf Tellern anrichten, je ein Nackensteak darauf platzieren und mit dem Zwiebelgemüse und etwas Majoran garnieren.



„Saltimbocca mit Marsala-Sahne-Sauce und Capellini“ von Dorothea Böttcher

Zutaten für zwei Personen

2	Kalbschnitzel, à 150 g
6 Scheiben	Parmaschinken
300 g	Capellini, Nr. 1
5	Kirschtomaten
3 EL	Mehl
3 EL	Marsala
2 TL	Butterschmalz
1 Bund	Salbeiblätter
100 ml	Kalbsfond
100 ml	Sahne
2 TL	Oliven, schwarz
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Zitronenpfeffer

Zubereitung

Die Capellini in kochendem Salzwasser bissfest kochen.

Die Kalbschnitzel waschen, trocken tupfen, dritteln, flach klopfen und anschließend mit Salz und dem Zitronenpfeffer würzen. Die Salbeiblätter abspülen, anschließend auf jedes Drittel eine Scheibe Parmaschinken und ein Salbeiblatt verteilen und mit einem Zahnstocher zu einer Tasche zusammenfügen. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, die Kalbschnitzel in dem Mehl wälzen und anschließend kross anbraten und beiseite stellen.

Den Bratsud mit dem Kalbsfond auffüllen, die Sahne und den Marsala hinzugeben und köcheln lassen. Nun die Saltimbocca in die Sauce geben, fünf Minuten ziehen lassen und erneut einige Salbeiblätter hinzufügen.

Anschließend alles auf Tellern anrichten und mit den Oliven und den Kirschtomaten servieren.



„Chili con Carne mit mexikanischen Tortillas“ von Denis Aschwanden

Zutaten für zwei Personen

300 g	Rinderhack
200 g	Bohnen, rot, aus der Dose
150 g	Tomaten
100 g	Crème fraîche
40 g	Maismehl
50 g	Weizenmehl
1	Zwiebel, klein
1 Zehe	Knoblauch
2 Zweige	Petersilie, glatt
200 ml	Fleischfond
200 g	Mais, aus der Dose
100 ml	Wasser
2 EL	Pflanzenöl
1 Zweig	Oregano
1 Zweig	Majoran
1 EL	Tomaten, passiert, aus der Dose
0,5 TL	Kreuzkümmel
1 TL	Paprikapulver
2 Schoten	Chili, rot
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Das Öl in einer Bratpfanne erhitzen und das Rinderhack darin scharf anbraten. Anschließend herausnehmen. Die Tomaten am Stielansatz kreuzweise einritzen, kurz blanchieren, anschließend schälen, halbieren und in Würfel schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und klein hacken. Die Hitze der Bratpfanne reduzieren und die Zwiebel- und Knoblauchstücke darin kurz anbraten. Die Chilis in kleine Stücke schneiden, die Petersilie abzupfen und ebenfalls fein hacken. Den Kümmel, das Paprikapulver, einen halben Esslöffel Chili und die Petersilie hinzufügen und das Ganze kurz mit anbraten. Anschließend den Fond hinzufügen, das Ganze aufkochen lassen und das Hack wieder dazu geben. Unter gelegentlichem Rühren bei geringer Hitze etwa 25 Minuten zugedeckt schmoren lassen. Nach Zehn Minuten den Mais, die roten Bohnen und den passierten Tomaten dazugeben. Den Oregano und den Majoran abzupfen, klein hacken und hinzufügen.

Zwei Esslöffel Maismehl beiseite stellen. Das restliche Maismehl, das Weizenmehl und etwas Salz miteinander vermischen. Lauwarmes Wasser nach und nach hinzufügen, das Ganze zu einem Teig kneten, daraus eine Rolle formen und vier gleichgrosse Stücke schneiden, jeweils zu einer Kugel formen und flach drücken. Die Tortilla auf beiden Seiten mit Maismehl bestäuben und zu einem Fladen ausrollen. In einer beschichteten Pfanne ohne Öl die Tortillas ausbacken, bis der Teig Blasen wirft und die Ränder leicht gewölbt sind. Aus der Pfanne nehmen und sofort aufrollen.

Das Chili Con Carne mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit einem Löffel Crème fraîche garnieren und mit den Tortillas servieren.