



| Die Küchenschlacht - Vorspeise vom 03. Juni 2009 |

„Big Mama's Salad“ von Arjun Büsing

Zutaten für zwei Personen

1	Rinderfilet, à 200 g
1	Römersalat
2	Karotten
3	Tomaten
200 g	Mozzarella
50 g	Sonnenblumenkerne
4 EL	Olivenöl
3 EL	Balsamicoessig
1 TL	Akazienhonig
0,5 Bund	Basilikum
	Balsamicoessig, weiß, zum Abschmecken
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Tomaten achteln, die Karotten schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den Salat fein zupfen, den Mozzarella würfeln und beides mit den Tomaten und den Karotten vermischen.

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Olivenöl mit Salz und Pfeffer vermengen und das Fleisch darin marinieren.

Zwei Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Sonnenblumenkerne darin leicht anrösten.

Das restliche Olivenöl, den Balsamicoessig, etwas Salz, Pfeffer und den Akazienhonig in ein Schraubglas geben und zu einer homogenen Sauce schütteln und über den Salat geben. Das Ganze mit dem weißen Balsamico abschmecken.

Die Filetstreifen in Öl anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Zuletzt das Basilikum zupfen und fein hacken und mit den Sonnenblumenkernen über den Salat geben.

Den Big Mama's Salad zusammen mit dem Fleisch auf Tellern anrichten und servieren.



„Zucchini cremesuppe“ von Beatrix Haupt

Zutaten für zwei Personen

500 g	Zucchini
1	Blätterteig
200 g	Sesamkörner
200 g	Emmentaler, am Stück
30 g	Butter
50 g	Zwiebeln
1L	Gemüsefond
100 ml	Sahne
1	Muskatnuss
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Den Blätterteig in vier Streifen schneiden und mit dem Sesam bestreuen. Den Emmentaler reiben und darüber streuen. Die Blätterteigstangen für zehn Minuten in den Backofen geben.

Die Zucchini schälen und in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebeln abziehen und würfeln. Die Butter in einer Pfanne schmelzen lassen und die Zwiebelwürfel darin glasig andünsten. Die Zucchinistücke hinzufügen und kurz mit andünsten. Mit der Sahne und dem Gemüsefond auffüllen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen und etwas Muskatnuss darüber reiben. Die Suppe mit einem Pürierstab schaumig aufmixen.

Die Suppe in tiefen Tellern anrichten und mit je einer Blätterteigstange garniert servieren.



„Gemischter Salat mit Putenstreifen und Joghurtsauce“ von Henri Ressel

Zutaten für zwei Personen

1	Eisbergsalat
2	Putenbrustfilets, à 200 g
1	Frühlingszwiebel
1	Tomate
1	Karotte
1	Zitrone, unbehandelt
0,5 Bund	Schnittlauch
0,5	Salatgurke
3 EL	Joghurt
1 TL	Senf
3 EL	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Salat vom Strunk und den äußeren Blättern befreien, waschen, trocken schleudern und klein zupfen. Die Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden. Die Karotte und die Gurke schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Tomate vom Strunk befreien und Achteln.

Den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Die Zutaten bis auf den Schnittlauch miteinander vermengen. Die Zitrone halbieren und auspressen. Für das Dressing den Joghurt, den Senf, den Zitronensaft und einen Esslöffel Öl miteinander vermengen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Vinaigrette mit dem Salat vermengen.

Das Fleisch waschen und trocken tupfen und anschließend klein schneiden. Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Putenbruststreifen darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Salat mit dem Fleisch und Schnittlauch garniert servieren.



„Ricottaplätzchen mit scharfem Tomatensalat“ von Pia Storp

Zutaten für zwei Personen

450 g	Ricotta, krümelig
100 g	Parmesan
5	Cherrytomaten, gelb
5	Flaschentomaten
3	Tomaten, grün oder schwarz
1,5 EL	Mehl
1	Ei
2 Zweige	Basilikum
1 Schote	Chili
1 EL	Rotweinessig
3 EL	Olivenöl
1	Muskatnuss
	Meersalz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Parmesan reiben und 90 Gramm davon mit dem Ricotta und dem Mehl vermischen. Eine kräftige Prise Meersalz und das Ei dazu geben. Die Mischung mit Pfeffer würzen und kalt stellen.

Die Tomaten halbieren und entkernen. Anschließend klein schneiden und in eine Schüssel geben. Die Chilischote halbieren, entkernen und klein schneiden. Die Basilikumblätter abzupfen, grob zerpfücken und mit den Chilistücken zu den Tomaten geben. Mit Meersalz und Pfeffer würzen, einen Esslöffel Olivenöl und einen Esslöffel Rotweinessig hinzufügen.

Einen Esslöffel Öl in einer Pfanne erhitzen, einige Löffel der Ricotta-Mischung hinein geben und von beiden Seiten goldbraun braten. Anschließend auf Tellern anrichten, mit Meersalz bestreuen und etwas Muskatnuss darüber reiben. Ein paar Tropfen Olivenöl darüber geben, mit dem restlichen Parmesan bestreuen und mit dem Tomatensalat zusammen servieren.



„Ziegenkäse im Speckmantel auf Rucola mit Feigen und karamellisierten Walnüssen“ von Philippe Jorgel

Zutaten für zwei Personen

2	Ziegenkäseröllchen
4 Scheiben	Bauchspeck, durchwachsen, geräuchert
100 g	Rucola
1 Blatt	Radicchio
2	Feigen
14	Walnusshälften
2,5 EL	Geflügelfond
1 TL	Dijonsenf
1 EL	Feigensenf
250 ml	Walnussöl
1 EL	Olivenöl
1 EL	Zucker, braun
	Salz
	Pfeffer, weiß, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 50 Grad Umluft vorheizen.

Die Ziegenkäseröllchen mit je zwei Speckscheiben einwickeln.

Den Zucker in einer Pfanne erhitzen. Sobald dieser flüssig wird, die Walnusshälften hinzu geben und bei mittlerer Hitze kurz karamellisieren lassen.

Die Feigen mit einer Gabel zerdrücken, den Feigensenf sowie den Geflügelfond darunter rühren und die Mischung mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Ziegenkäse darin für etwa vier Minuten von allen Seiten anbraten. Nun im Backofen warm halten.

Für das Salatdressing den Dijonsenf mit dem Walnussöl vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend den Rucola in mundgerechte Stücke zupfen und in einer Schüssel mit dem Dressing vermengen.

Den Salat auf zwei Tellern verteilen und die Ziegenkäseröllchen daneben geben. Den Radicchio in Stücke zupfen und das Gericht damit sowie mit den Walnüssen und der Feigensauce anrichten und servieren.