

| Die Küchenschlacht - Menü am 12. August 2015 |

„Hauptgerichte“ Nelson Müller



Hauptgericht: „Rotbarsch-Chinakohl-Roulade mit Safran-Kartoffelstampf und Weißweinsauce“ von Claudia Thimm-Czaja

Zutaten für zwei Personen

Für die Rotbarsch-Chinakohl-Rouladen:

2	Rotbarschfilets à 100 g, ohne Haut
30 g	geräucherter Speck
100 g	braune Champignons
1	Chinakohl
2	Zwiebeln
1	Zitrone
2 EL	Crème fraîche
2 EL	Rapsöl, zum Anbraten
	Butter, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Safran-Kartoffelstampf:

4	mehligkochende Kartoffeln
1 g	Safranfäden
100 ml	Milch (3,5 %)
30 ml	Schlagsahne
3 EL	Butter
	Salz, aus der Mühle

Für die Weißweinsauce:

200 ml	trockener Weißwein
100 ml	Gemüsefond
50 ml	Schlagsahne
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Für die Rotbarsch-Chinakohl-Rouladen den Chinakohl putzen und einige Blätter im Wasser blanchieren. Danach auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Zwiebeln, die Champignons und den Speck in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne das Rapsöl erhitzen. Einen Teil der Zwiebeln, die Champignons und den Speck in der Pfanne braten, salzen und pfeffern. Mit zwei Esslöffeln Crème fraîche verfeinern. Die Zitrone auspressen. Die Fischfilets mit Salz, Pfeffer und etwas ausgepresstem Zitronensaft würzen. Den abgetropften Chinakohl auf der Arbeitsplatte überlappend auslegen. Je einen großen Löffel des Speckgemischs aus der Pfanne auf dem Chinakohl verteilen, ein Rotbarschfilet darauf legen, die Kohlblätter an den Seiten einklappen und dann aufrollen. In einer Pfanne etwas Butter und Öl erhitzen. Die Rotbarsch-Chinakohl-Rouladen mit der Öffnung nach unten in die Pfanne legen und anbraten.



Für den Safran-Kartoffelstampf die Kartoffel schälen und klein würfeln. Wasser mit Salz in einem Topf zum Kochen bringen und die Kartoffeln darin garen. Abgießen und mit Milch, Butter und Sahne zu einem Stampf verarbeiten. Die Safranfäden dazugeben. Mit Salz abschmecken.

Für die Weißweinsauce den Weißwein und den Gemüfefond in die Pfanne mit den Rotbarsch-Päckchen zugießen und aufkochen lassen. Anschließend etwas Sahne dazu gießen und reduzieren lassen.

Den Kartoffelstampf in die Tellermitten geben. Die Fischrouladen schräg mittig durchschneiden und auf dem Safran-Kartoffelstampf platzieren. Die Weißweinsauce darum anrichten und das Ganze heiß servieren.



Hauptgericht: „Gratiniertes Kalbsfilet mit Basilikum-Pappardelle, Pesto und Tomatensauce“ von Gundula Glaser

Zutaten für zwei Personen

Für die Filets:

2 Kalbmedaillons a 150 g
80 g Büffelmozzarella
neutrales Öl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Tomatensauce:

20 g Rauchspeck
200 g Fleischtomaten
1 Schalotte
½ Zehe Knoblauch
80 g Tomatenmark
300 ml Kalbsfond
1 Lorbeerblatt
1 Zweig Thymian
1 TL Zucker
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Nudeln:

200 g Weizenmehl
2 Eier
1 TL Salz
3 Blätter Basilikum

Für das Pesto:

10 g Parmesan
1 Zehe Knoblauch
1 TL Pinienkerne
20 g Basilikum
1 TL grobes Salz
4 EL Olivenöl, kalt gepresst
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

2 Blätter Basilikum



Zubereitung

In einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen und salzen.

Die Basilikumblätter sehr fein schneiden. Das Mehl, die Eier, die Basilikumfäden und Salz zu einem geschmeidigen Teig verkneten und kurz ruhen lassen. Die Schalotte abziehen und zusammen mit dem Speck würfeln.

In einem flachen Bräter Olivenöl erhitzen und die Schalotte sowie den Speck darin andünsten. Die Fleischtomaten in grobe Würfel schneiden und zusammen mit dem Tomatenmark zugeben. Anschließend mit dem Fond ablöschen. Das Lorbeerblatt und den Thymian hinzufügen sowie mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Die Sauce zehn Minuten köcheln und anschließend durch ein Sieb passieren.

Für das Pesto den Parmesan fein reiben und zusammen mit den restlichen Zutaten in einem Rührbecher mit dem Stabmixer gut durchmischen.

Die Medaillons mit dem Handrücken flach drücken und beidseitig salzen und pfeffern. In einer Pfanne Öl erhitzen und die Medaillons von beiden Seiten anbraten. Den Mozzarella halbieren und auf je ein Medaillon legen. Die Pfanne mit einem Deckel versehen und bei mittlerer Hitze schmoren, bis der Käse leicht geschmolzen ist.

Den Nudelteig sehr dünn zu einem Rechteck ausrollen, die Seiten mit dem gezackten Teigrädchen abschneiden und anschließend in etwa zentimeterbreite Streifen schneiden.

Anschließend für fünf Minuten im Salzwasser kochen und in einem Sieb abgießen. Abschließend das Pesto unter die Nudeln rühren.

Die Basilikum-Pappardelle mit der Tomatensauce, dem Pesto und dem Kalbsfilet auf Tellern anrichten, mit dem Basilikum garnieren und servieren.



Hauptgericht: „Hähnchenfrikadellen mit zweierlei Karotten und Rucola-Cashew-Pesto“ von Niklas Zeiner

Zutaten für zwei Personen

Für die Frikadellen:

300 g	Hähnchenbrustfilet
3	Zwiebeln
2	Knoblauchzehen
3	Zitronen
2	Chilischoten
250 g	Butter
150 g	Paniermehl
2	Eier
1 TL	Senf
1 Bund	Estragon
	Olivenöl
	Salz
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Karotten:

300 g	Karotten
150 g	Datteln
1	Zitrone
1	rote Chilischoten
2	Knoblauchzehen
100 g	Ingwer
1 Bund	Koriander
150 ml	Apfelessig
200 ml	Gemüsefond
50 ml	Honig
100 g	Butter
1 EL	Crème fraîche
150 g	Mandelsplitter
	Olivenöl, zum Braten
	Salz

Für das Pesto:

1 Bund	Rucola
150 g	Cashewkerne
150 g	Parmesan
1	Zitrone
200 ml	Olivenöl
1	rote Pfefferschote
1 TL	Zucker



Zubereitung

Das Hähnchenfleisch waschen, trocken tupfen und in einer Moulinette zu Hackfleisch verarbeiten. Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen und klein schneiden. Die Chilischoten längs aufschneiden, entkernen und in sehr feine Ringe schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und darin die Zwiebeln, den Knoblauch und die Chili glasig andünsten und danach zum Hackfleisch in eine Schüssel geben. Den Estragon fein hacken. Die Zitronenschale abreiben. Den Senf, die Eier, das Paniermehl und den Estragon sowie die Zitronenschale zu der Hackfleischmasse geben und alles gut vermengen. Abschließend mit Salz und Pfeffer würzen und daraus Frikadellen formen.

Für die erste Variante der Karotte die Karotten schälen, die Hälfte beiseitelegen und die andere Hälfte in Stücke schneiden. Den Knoblauch abziehen und klein schneiden. Die Chilischote längs aufschneiden, entkernen und klein schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Möhren mit dem Knoblauch und dem Chili anbraten. Anschließend mit dem Fond ablöschen und weich köcheln lassen. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Abschließend mit dem Stabmixer pürieren, den Ingwer samt Schale reinreiben und mit Zitronensaft, Crème fraîche, Butter, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die zweite Variante die übrigen Karotten in Würfel schneiden und ebenfalls in Öl anbraten. Anschließend mit dem Essig und dem Honig ablöschen und einköcheln lassen. Die Mandelsplitter ohne Öl in einer Pfanne rösten. Die Datteln sehr fein hacken. Die Korianderblätter abzupfen und klein hacken. Die eingekochten Karotten mit den Mandeln, den Datteln und dem Koriander vermengen und mit Salz etwas abschmecken.

Für das Pesto die Cashewkerne ohne Öl in einer Pfanne rösten. Den Rucola waschen, trockenschleudern und verlesen. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Den Parmesan reiben. Den Rucola mit den Cashewkernen, dem Öl, dem Parmesan, dem Zitronensaft und dem Zucker zu einem Pesto pürieren. Anschließend die Pfefferschote sehr fein schneiden und in das Pesto geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Öl in einer Pfanne erhitzen und darin die Frikadellen goldgelb braten.

Die Frikadellen mit zweierlei Karotte und dem Pesto auf Tellern anrichten und servieren.



Hauptgericht: „Rinderfilet mit Espresso-Rosmarin-Kartoffelpüree und Rotweinschalotten“ von Michael Bieschke

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

500 g	Rinderfilet (aus dem Mittelstück)
1 Knolle	frischer Knoblauch
2	Schalotten
4 Zweig	frischer Thymian
2 Zweig	frischer Rosmarin
	Butterschmalz, zum Anbraten
	grobes Meersalz
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Espresso-Rosmarin-Kartoffelpüree:

500 g	mehlig kochende Kartoffeln
1 L	Sahne
50 g	Butter
200 g	ungemahlene Espressobohnen
5 Zweige	frischer Rosmarin
1	frische Muskatnuss, zum Reiben
	Salz, aus der Mühle

Für die Rotweinschalotten:

500 ml	halbtrockener Rotwein
150g	Schalotten
50 g	Zucker
50 g	kalte Butterflocken
2 Zweige	frischer Thymian
3	Gewürnelken
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Für das Rinderfilet die Knoblauchzehen halbieren und das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Das Fleisch zusammen mit dem Knoblauch, den beiden ungeschälten Schalotten, dem Thymian und dem Rosmarin im Butterschmalz von allen Seiten kräftig anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und den Fleischthermometer in der dicksten Stelle des Filets platzieren. Ein Backblech mit Alufolie auslegen und das Fleisch samt Knoblauch, Schalotten, Thymian und Rosmarin aus der Pfanne darauf legen. Das Rinderfilet auf der mittleren Schiene des Backofens garen, wobei das Fleisch eine Kerntemperatur von 65 Grad Celsius haben sollte. Nach Ende der Garzeit von ungefähr 15 Minuten das Fleisch aus dem Ofen nehmen und mit grobem Meersalz und schwarzem Pfeffer würzen.



Für das Espresso-Rosmarin-Kartoffelpüree zuerst eine Aromasahne zubereiten. Dafür die Sahne in ein hohes Gefäß geben. Die Espressobohnen in einer beschichteten Pfanne ohne Fett anrösten. Die gerösteten Bohnen zur Sahne in das Gefäß geben.

Die Rosmarinzwige knicken und ebenfalls hinzufügen. Das Gefäß abdecken und kühl stellen. Die Kartoffeln schälen und gar kochen. Danach abgießen und ausdampfen lassen. Währenddessen die Aromasahne durch ein feines Sieb gießen und in einem Topf langsam erwärmen. Die Kartoffeln mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken und nach und nach die erhitzte Sahne hinzugeben. Mit Butter verfeinern und mit Salz und Muskatnuss würzen.

Für die Rotweinschalotten die Schalotten schälen und den Zucker in einer Pfanne bei kleiner Hitze hellbraun karamellisieren lassen. Mit dem Rotwein ablöschen. Kurz aufkochen lassen und die geschälten Schalotten dazu geben. Bei kleiner Hitze köcheln lassen, bis die Schalotten weich sind. Die Schalotten aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Die Gewürznelken und den Thymian zum Rotwein in die Pfanne geben und einkochen lassen. Die Mischung durch ein Sieb passieren und mit eisgekühlter Butter binden. Die Schalotten wieder hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Espresso-Rosmarin-Kartoffelpüree in einem Servierring auf den Tellern anrichten. Das Fleisch in etwas dickere Scheiben schneiden und auf das Püree legen. Die Rotweinschalotten daneben drapieren, das Ganze mit Sauce beträufeln und, mit einem Thymianzweig garniert, servieren.