

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 12. Mai 2023 ▪
Finalgericht von Björn Freitag



Cordon bleu mit Kartoffel-Endivien-Salat und Zitronen-Relish

Zutaten für zwei Personen

Für das Cordon bleu:

200 g Kalbfleisch aus der Oberschale
2 große Scheiben Kochschinken
50 g Bergkäse
2 Eier
2 EL Butter
1 EL Wild-Preiselbeeren
100 g Mehl
100 g Paniermehl
Rapsöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Fleisch der Länge nach aufschneiden, aber nicht ganz durchtrennen. Mit einem Frischhaltebeutel abdecken und dann platt klopfen, bis sie ca. 5 mm dick sind.

Schnitzel komplett mit Kochschinken und Käse belegen (Rand aussparen), jeweils mit Preiselbeeren bestreichen und dann zuklappen. Die Ränder gut andrücken und ggf. mit Metallspießchen oder Zahnstochern aus Holz feststecken. Die beiden gefüllten Fleischpakete rundherum mit Salz und Pfeffer würzen.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen.

Eier in einem tiefen Teller aufschlagen. Mehl und Paniermehl auf Tellern verteilen. Die Fleischpakete zuerst im Mehl wenden, abklopfen, dann durch das Ei ziehen und zum Schluss mit reichlich Paniermehl bestreuen. Sofort in das heiße Fett geben. Hitze reduzieren und die Cordon bleus langsam von einer Seite goldbraun braten. Dabei immer wieder die Pfanne schwenken, damit das heiße Fett an der oberen Seite über die Panade läuft. Schließlich wenden und auch die andere Seite knusprig werden lassen. Das Braten dauert insgesamt mindestens 10 Minuten, in den letzten 2 Minuten die Butter zugeben.



**PROFI
TIPP**

Das Fleisch sollte unbedingt erst unmittelbar vor dem Kochen geteilt werden, da es sonst zu trocken wird und in der Pfanne nicht mehr aufgehen kann.

Für das Relish:

1/8 Salzzitrone
1 Zitrone
1 EL kleine Kapern
4 Sardellen
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salzzitrone in sehr feine Würfel schneiden. Zitrone filetieren. Zitronenfilets zusammen mit den Sardellen und den Kapern mit einem großen Messer fein hacken. Pfeffer zufügen und alle Zutaten gut vermischen. Mindestens 15 Minuten ziehen lassen. Nochmals mit Pfeffer abschmecken.

Für den Kartoffelsalat:
5 festkochende Mini-Kartoffeln
¼ Kopf Endiviensalat
½ TL Senf
20 ml Kapernsaft
1 EL Weißweinessig
25 ml Rapsöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ungeschälte Kartoffeln kochen. Kartoffeln abgießen, wenn gewünscht pellen und in Scheiben schneiden. Endiviensalat putzen, waschen, trockenschleudern und in mundgerechte Stücke schneiden. Senf, Kapernsaft, Rapsöl und Weißweinessig sehr kräftig aufschlagen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kartoffeln und Endiviensalat in eine große Schale geben und mit dem Dressing marinieren. Mindestens 15 Minuten ziehen lassen. Dann nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken und umrühren.

Cordon bleu auf Teller anrichten. Je einen Esslöffel Relish auf das Fleisch geben. Kartoffelsalat daneben geben und sofort servieren.

Zusatzzutaten von Saskia:
Frühlingszwiebel
Petersilie
Butterschmalz

Butterschmalz nutzte Saskia zum Anbraten des Cordon bleus, die Frühlingszwiebel für den Salat und die Petersilie als Garnitur.

Zusatzzutaten von Tarkan „Benni“:
Rote Zwiebel
Petersilie

Die Zwiebel verwendete Tarkan „Benni“ für den Salat und die Petersilie für die Garnitur.

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 12. Mai 2023 ▪
Zusatzgericht von Björn Freitag



Leipziger Allerlei mit Garnelen

Zutaten für zwei Personen

Für das Allerlei:
 6 küchenfertige Garnelen
 300 g weißer Spargel
 150 g TK-Erbsen
 ½ Fenchelknolle
 6 Champignons
 2 Karotten
 2 Lauchzwiebeln
 50 g Butter
 150 g Crème fraîche
 200 ml Hühnerfond
 ¼ Bund Petersilie
 1 TL Piment d'Espelette
 40 g Mehl
 Muskatnuss, zum Reiben
 Neutrales Öl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Spargel schälen und klein scheiden. Hühnerfond mit Spargel in einem Topf erhitzen, köcheln lassen und abschließend pürieren. Butter in einem Topf aufschäumen und mit dem Mehl eine helle Mehlschwitze herstellen. Mehlschwitze mit püriertem Hühnerfond ablöschen. Etwas Muskat hinein reiben und mit Piment d'Espelette würzen. Crème fraîche unterrühren. Einmal aufkochen lassen, damit das Mehl bindet.

Karotten schälen und klein schneiden. Salzwasser zum Kochen bringen und Karotten reinlegen. Frühlingszwiebeln von der Wurzel befreien, klein schneiden und mit in das Wasser geben. Fenchel vom Grün befreien und die unteren Enden des Fenchels abschneiden, gegebenenfalls die äußere Schale entfernen. Klein schneiden und mit in das Wasser geben. Erbsen ebenso hinzufügen. Gemüse mit Hilfe eines Siebes aus dem Wasser nehmen und in die Sauce geben. Petersilie klein schneiden und unterheben.

Champignons klein schneiden, in Öl anschwitzen und mit in die Sauce geben. Alles mit Salz und Pfeffer würzen.

Garnelen im nicht mehr kochendem Gemüsewasser einige Minuten pochieren und anschließend mit in die Sauce geben.



Laut WWF ist die **tropische Garnele** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand April 2023):

- 1. Wahl: Südostasien: Aquakultur (Zucht in Zero-Input Systemen)
- 1. Wahl: Weltweit: Aquakultur, Bio- oder ASC-zertifiziert
- 1. Wahl: Europa: Aquakultur (Rezirkulierende Kreislaufanlagen mit Biofloc)

Tropische Garnelen aus Wildfang sind rot gelistet, weil Garnelenfischerei enormen Beifang verursacht und Lebensräume am Meeresboden schädigt.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.