

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 04. August 2023 ▪
Vorspeisen mit Mario Kotaska



Bärbel Adelhelm

Orientalisch angehauchte Selleriepralinen mit Pistazien- und Erdnuss-Dip

Zutaten für zwei Personen

Für die Pralinen:

100 g Knollensellerie
 30 g geröstete und gesalzene Erdnüsse
 30 g Maulbeeren
 1 Zitrone, davon Saft
 1 Ei
 1 gestr. TL Kreuzkümmel
 ½ gestr. TL Koriander
 ½ gestr. TL Ras el-Hanout
 1 geh. TL Currypulver
 ½ gestr. TL geräuchertes Paprikapulver
 1 Prise Chiliflocken
 1 geh. TL Champignonpulver
 1 g Schwarzkümmelsamen
 15 g Mehl, Type 405
 30 g Semmelbrösel
 80 g Panko
 10 g heller Sesam
 Erdnussöl, zum Frittieren
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Knollensellerie schälen, raspeln und wenn er zu „saftig“ ist noch ausdrücken. Erdnüsse grob hacken und zum Sellerie geben. Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Sellerie und Erdnüsse mit Maulbeeren, Zitronensaft, Mehl, Semmelbröseln, Kreuzkümmel, Koriander, Ras el-Hanout, Currypulver, Paprikapulver, Chiliflocken, Champignonpulver und Kümmel vermischen. Ei dazu geben und zu einem Brei vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ca. 15 Minuten ziehen lassen. Aus dem Teig kleine Bällchen formen und in einer Panko-Sesam-Mischung wälzen.

Öl in einer Fritteuse auf 170 Grad erhitzen und Bällchen darin goldbraun herausbacken. Auf einem Küchentuch abtropfen lassen und warmhalten.

Für die Dips:

200 g Schmand
 30 g pure Erdnüsse
 50 g Erdnussbutter
 50 g Pistaziencreme
 12,5 g geröstete Pistazien
 12,5 g fein gemahlene Pistazien
 1 TL Currypulver
 1 Prise Korianderpulver
 2 Prisen Kreuzkümmelpulver
 2 Prisen gemahlene Ingwer
 1 Prise Harissapulver
 Salz, aus der Mühle
 Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Je 100 g Schmand in zwei Schalen geben. Erdnüsse klein hacken und mit Erdnussbutter in die eine Schale geben. Mit Curry, Koriander, Kreuzkümmel, Ingwer, Harissa, Salz und weißem Pfeffer abschmecken und umrühren.

Pistaziencreme in die zweite Schale geben. Die gerösteten und fein gemahlene Pistazien dazugeben, umrühren und mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken.

Für den Salat: Orange halbieren und auspressen. Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Salat waschen und eventuell kleinschneiden. Orangensaft mit Zitronensaft mit Honig, Tahini, Sojasauce und Sesamöl gut verquirlen und Salat damit marinieren.

- 100 g Feldsalat
- 1 Orange, davon Saft
- 1 Zitrone, davon Saft
- 1 TL flüssiger Honig
- 1 TL Tahini
- 1 TL glutenfreie Sojasauce
- 1 EL Sesamöl

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Thomas Bößem

Raviolo all' uovo in Nussbutter mit Salbeischaum

Zutaten für zwei Personen

Für den Raviolo:

120 g Weizenmehl, Type 00 oder 405
30 g Hartweizengrieß
2 Eier
Olivenöl, zum Einarbeiten
Salz, aus der Mühle

Das Mehl und den Hartweizengrieß mit einer Prise Salz vermengen. In der Mitte eine Mulde formen. Eier trennen. Zwei Eigelbe und ein Eiweiß hineingeben und verquirlen. Ggf. etwas Olivenöl hinzufügen. Alles zu einem glatten Teig verkneten und sofort in Frischhaltefolie eingewickelt in den Kühlschrank legen.

Für die Füllung:

500 g Spinat
3 Schalotten
1 Zitrone, davon Abrieb
100 g Ricotta
Butter, zum Anbraten
50 ml Weißwein
2 Zweige Thymian
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Spinat ordentlich waschen und abtropfen lassen. Schalotten abziehen, fein hacken und in einer Pfanne in Butter kurz anschwitzen und etwas Thymian hinzugeben. Spinat hinzufügen und zusammenfallen lassen. Mit Weißwein ablöschen und verkochen lassen. Inhalt der Pfanne in ein feines Sieb geben und den Spinat kräftig ausdrücken. Spinat hacken und in einer Schüssel mit dem Ricotta vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb abschmecken. Die Füllung ruhig sehr kräftig würzen.

Für die Fertigstellung:

2 Eier
50 g Parmesan
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Parmesan reiben. Eier trennen. Pastateig dünn ausrollen und pro Raviolo zwei Kreise mit einem Durchmesser von etwa 10 cm ausstechen. In deren Mitte eine großzügige Portion der Füllung geben und in deren Mitte wiederum eine Mulde formen. In diese je ein Eigelb geben und etwas Parmesan und Pfeffer darüber geben. Nun vorsichtig den zweiten Kreis darüberlegen und darauf achten, dass sich in dem verschlossenen Raviolo keine Luft mehr befindet. Teig an den Rändern entweder mit Wasser oder etwas Eigelb befestigen und ggf. mit einer Gabel festdrücken. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen und Raviolo 2 ½ bis 3 Minuten im nicht mehr kochenden Salzwasser garen.

Für den Salbeischaum:

1 Zweig Salbei
1 kleine Schalotte
100 ml Sahne
125 g kalte Butter
100 ml Gemüsefond
½ EL Wermut
1 Msp. Lecithin
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen, fein würfeln und in 1 EL Butter glasig dünsten. Mit Gemüsefond und Wermut ablöschen. Salbei hinzugeben und das Ganze einmal aufkochen lassen. Anschließend die Sauce 5 Minuten köcheln lassen, Sahne hinzugeben und weitere 10 Minuten köcheln lassen. Salbei herausnehmen und Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Unmittelbar vor dem Servieren die restliche kalte Butter hinzugeben und die Sauce mit einem Pürierstab schaumig aufmixen. Für einen besseren Stand ggf. Lecithin hinzufügen und nochmals aufschlagen.

Für die Nussbutter:

100 g Butter
1 Prise Salz

Butter in einer Pfanne bei hoher Hitze zum Schmelzen bringen. Sobald sich ein Schaum auf der Butter bildet, die Hitze reduzieren und weiterköcheln lassen, bis sich der Schaum wieder auf dem Boden absetzt und die Butter eine goldbraune Farbe annimmt. Mit Salz würzen und Ravioli darin schwenken. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Beeke Meister

Mango-Avocado-Chili-Salat mit Jakobsmuscheln, Orangen-Kokos-Schaum und Wasabicreme

Zutaten für zwei Personen

Für den Salat:

½ Mango
 ½ Avocado
 ¼ Chili
 ¼ Limette, davon Saft
 1,5 Zweige Koriander
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Mango und Avocado schälen und würfeln. Chili entkernen und ganz fein würfeln. Limette auspressen und mit Chili, Mango, Avocado und 2 EL Olivenöl verrühren. Koriander hacken, unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Wasabicreme:

1-2 TL Wasabi-Paste
 75 g Crème fraîche
 ½ Limette, davon Abrieb & Saft
 Salz, aus der Mühle

Wasabi und Crème fraîche verrühren, mit etwas Salz würzen. Limette heiß waschen, trocken tupfen und die Schale fein abreiben. Limette halbieren und eine Hälfte auspressen. Mit Creme verrühren.

Für den Schaum:

1 Stange Zitronengras
 100 ml Orangensaft, ohne Stücke
 100 ml Kokosmilch
 ½ TL Curry
 ¼ TL Lecithin
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitronengras anschlagen und im Orangensaft in einem Topf aufkochen. Den Saft auf ⅓ reduzieren. Kokosmilch und Currypulver hinzufügen und alles nochmal ca. um die Hälfte reduzieren. Zitronengras herausnehmen. Orangen-Kokos-Sud mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Lecithin unterrühren und mit dem Mixstab aufschäumen.

Für die Jakobsmuscheln:

6 Jakobsmuscheln
 ¼ Vanilleschote
 Olivenöl, zum Anbraten

Vanilleschote längs aufschneiden und auskratzen. Das Mark mit etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Jakobsmuscheln abwaschen und abtrocknen. Im Anschluss für jeweils 2 Minuten von beiden Seiten im Vanilleöl braten.



Laut WWF ist die **Jakobsmuschel** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand Juli 2023):

- 1. Wahl. Nordostatlantik FAO 27: Norwegen, Irland, Großbritannien, Frankreich (Mit der Hand gesammelt)

Für die Garnitur:

30 g Pinienkerne
 20 g dunkler und heller Sesam
 Etwas Brunnenkresse

Pinienkerne in einer Pfanne erhitzen. Im Anschluss aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen.

Sesam in einer Pfanne erhitzen. Im Anschluss aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Zum Schluss gemeinsam mit den Pinienkernen und der Kresse für die Dekoration des Tellers verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Ivan Chlumsky

"Komplementär": Halbgefrorener Joghurt, Grilltomaten und Gurkensalat mit Dukkah-Mandel-Pistazien-Topping

Zutaten für zwei Personen

Für den halbgefrorenen Joghurt:

500 g Joghurt Griechischer Art
1 Zitrone, davon Abrieb
½ TL Piment d'Espelette
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Eismaschine vorkühlen.

Zitronenschale abreiben und mit Joghurt und Piment d'Espelette verrühren, dann mit Salz und Pfeffer würzen. Alles ordentlich verrühren und in die Eismaschine geben, bis es halb gefroren ist.

Für die Grilltomaten:

250 g Kirschtomaten
3 Knoblauchzehen
1 Zitrone, davon Zesten
1 Prise Kreuzkümmel
4 Zweige Thymian
4 Zweige Oregano
1 Prise Salzflöcken
1 Prise Puderzucker
1 Prise Zucker
3 EL Olivenöl
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitronenschale in Streifen abziehen. Knoblauch abziehen und klein schneiden. Thymian und Oregano hacken und mit Tomaten, Knoblauch, Öl, Kreuzkümmel, Zucker, Puderzucker, Zitronenstreifen, Salz und Pfeffer vermischen. In einer Form 20 Minuten im Ofen rösten. Backofen auf Grill umstellen und weitere 6-8 Minuten grillen.

Für Gurkensalat:

1 Salatgurke
60 g Joghurt Griechischer Art, 10 % Fett
Salzflöcken, zum Würzen
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gurke schälen, kleinschneiden, salzen und pfeffern. Flüssigkeit abgießen und mit Joghurt vermischen.

Für das Topping:

250 g Pistazien
125 g Mandeln
250 g getrocknete Kokosnuss
125 g heller Sesam
75 g Kreuzkümmelsamen
75 g Koriandersamen
1 EL Salz

Um das Dukkah herzustellen Pistazien und Mandeln in einer Pfanne anrösten und anschließend mahlen. Sesam, Koriandersamen und Kreuzkümmel in einer Pfanne rösten. Alle Zutaten mit Kokosnuss vermischen und Salz untermischen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Selina Hofmann

Papaya-Kokos-Suppe mit Kräutergarnele und Rote-Bete-Chip

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe:

400 g Kokoscreme
1 gut gereifte Papaya
½ Zwiebel
100 g Crème fraîche
20 g Butter
125 ml Gemüsefond
1 EL Currypulver
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Papaya schälen, Kerne entfernen und in Würfel schneiden. Zwiebel abziehen und fein hacken. Butter in einem Topf schmelzen und die Zwiebeln darin glasig anbraten. Currypulver hinzufügen und leicht mitrösten. Gemüsefond, Kokoscreme und Papayastücke dazu geben. Aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alles 5 Minuten sieden lassen. Mit dem Stabmixer pürieren und Crème fraîche unterziehen.

Für den Chip:

1 vorgegarte Rote Bete Kugel
1 TL Chilipulver
Neutrales Öl, zum Frittieren
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rote Bete mit einem Gemüsehobel in feine Scheiben schneiden und mit Salz, Pfeffer und Chili leicht würzen. Diese dann leicht würzen. Öl in der Fritteuse erhitzen und Rote-Bete-Scheiben bei ca. 170 Grad 4-5 Minuten frittieren.

Für die Garnelen:

2 küchenfertige Riesengarnelen
2 Knoblauchzehen
Butter, zum Anbraten
1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kräuter hacken. Knoblauch abziehen und eine Zehe pressen und eine halbieren. Garnelen mit den Kräutern und der gepressten Knoblauchzehe einreiben. Für 10 Minuten abgedeckt in den Kühlschrank stellen.

Garnelen in Olivenöl zusammen mit Rosmarin und Thymian sowie der halbierten Knoblauchzehe beidseitig kurz scharf anbraten. Etwas Butter in die Pfanne geben und diesen Sud über die Garnelen schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen.



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

- 1. Wahl: Südostasien: Aquakultur (Zucht in Zero-Input Systemen)
- 1. Wahl: Thailand: Aquakultur (Teichanlagen, Rosenberg-Süßwassergarnele (*Macrobrachium rosenbergii*))
- 1. Wahl: Europa: Aquakultur (Kreislaufanlagen mit Biofloc-Technologie, White Tiger Garnele (*Penaeus vannamei*))

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.