

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 16. August 2023
Vegetarische Küche mit Johann Lafer



Valentina Rendo

Ricotta-Spinat-Crespelle und Orangen-Fenchel-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für den Crêpe-Teig:

2 Eier
200 ml Milch
100 g Mehl
¼ TL Salz
Pflanzenöl, zum Braten

Den Backofen auf 60 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen, einen zweiten Ofen auf 220 Grad Umluft vorheizen.

Mehl mit Salz in einer Rührschüssel mischen. Nach und nach Eier und Milch mit den Quirlen des Handrührgeräts unterschlagen, bis ein glatter, flüssiger Teig entstanden ist.

In einer großen beschichteten Pfanne 1 TL Öl mit einem Backpinsel verstreichen und erhitzen. Ein Viertel des Teigs einfüllen, durch Schwenken der Pfanne verteilen und bei mittlerer Hitze ca. 2 Minuten backen. Pfannkuchen wenden und nochmals für 2 Minuten fertig backen. Anschließend im Ofen bei 60 Grad warmhalten. Aus dem übrigen Teig und drei weitere Pfannkuchen backen und ebenfalls im Ofen warmhalten.

Für die Füllung:

250 g Babyspinat
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
1 Ei
200 g Ricotta
40 g Parmesan
Pflanzenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Knoblauch und Schalotte abziehen und fein würfeln. Parmesan reiben. Spinat waschen und trockenschleudern. Öl in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch und Schalotte darin glasig anschwitzen. Spinat hinzugeben und zusammenfallen lassen.

Mit Salz und Pfeffer würzen. Spinat in der Pfanne etwas zerkleinern. Etwas abkühlen lassen. Ricotta, Ei und Parmesan in einer Schüssel miteinander verrühren. Gewürzten Spinat mit einer Gabel untermengen und nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Béchamelsauce:

2 EL Butter
250 ml Milch
2 EL Mehl
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter bei mittlerer Hitze in einem Topf schmelzen lassen. Mehl in den Topf streuen und bei schwacher Hitze unter Rühren mit dem Schneebesen zwei bis drei Minuten anschwitzen, aber nicht bräunen. Nach und nach die Milch zugießen. Dabei kräftig rühren, damit sich keine Klümpchen bilden. Einmal aufkochen lassen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Die Béchamel offen bei schwacher Hitze 8-10 Minuten ganz leicht köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren. Sollten immer noch hartnäckige Klümpchen vorhanden sein, die Sauce am besten kurz mit dem Pürierstab mixen.

Für die Tomatensauce:
200 ml passierte Tomaten
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
Gerebelten Oregano, zum
Abschmecken
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und halbieren. Schalotte abziehen und fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen, die halbierte Knoblauchzehe und gehackte Schalotte farbig anschwitzen. Anschließend den Topf kurz vom Herd nehmen und passierte Tomaten dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Oregano verfeinern und circa 8 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen.

Zum Fertigstellen:
20 g Parmesan
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Parmesan reiben. Ausgebackene Crêpes nach und nach mit 2 EL der Ricotta-Spinat-Füllung belegen und zusammenrollen. Anschließend in eine Auflaufform geben und mit Tomatensauce übergießen. Auf der Tomatensauce die Béchamelsauce verteilen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit geriebenem Parmesan bestreuen. Crespelle für 20-25 Minuten im Ofen bei 220 Grad backen.

Für den Orangen-Fenchelsalat:
½ Fenchelknolle
1 Frühlingszwiebel
1 EL schwarze Oliven
1 Orange
Gerebelter Oregano, zum Abschmecken
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Orange filetieren und in eine Schüssel geben. Fenchel waschen, trockentupfen und anschließend fein hobeln. Frühlingszwiebel waschen, trockentupfen und in feine Ringe schneiden. Oliven entsteinen und ebenfalls in feine Ringe schneiden. Olivenöl mit Salz, Pfeffer und Oregano abschmecken. Alles vorsichtig miteinander vermengen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Müller Ramos Reusch

Rote-Bete-Tatar mit Frischkäse-Topping, Blätterteig-Chip und Rucolasalat mit gebratenen Aprikosen

Zutaten für zwei Personen

Für das Rote-Bete-Tatar:

300 g vorgekochte Rote Bete
 3 Frühlingszwiebeln
 1 kleine Schalotte
 1 Zitrone, davon Saft
 2 EL flüssigen Honig
 1 EL grober Senf
 50 ml Gemüsefond
 50 ml Weißweinessig
 ½ Bund Dill
 50 ml Olivenöl
 2 EL Rapsöl
 Zucker, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Rote Bete in kleine Würfel schneiden. Frühlingszwiebel waschen, trockentupfen und ebenfalls klein würfeln. Dill waschen, trockenwedeln, ein paar Dillspitzen für die Garnitur zurückbehalten und den Rest fein schneiden. Schalotte abziehen und fein schneiden. Dill, Rote Bete, Frühlingszwiebel und Schalotte vorsichtig miteinander vermengen. Mit Rapsöl und Zucker abschmecken.

Aus Fond, Essig, Olivenöl, Honig, Senf und Zitronensaft ein Dressing herstellen und mit Salz und Pfeffer würzen. Rote Bete mit dem Dressing marinieren und bis zum Servieren ziehen lassen.

Für das Frischkäse-Topping:

100 g Frischkäse
 50 g Crème fraîche
 1 Limette, davon Saft & Abrieb
 1 EL flüssigen Honig
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Limette heiß abspülen, Schale reiben und Saft auspressen und auffangen. Frischkäse und Crème fraîche in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen glatrühren. Mit Limettensaft und -abrieb, Honig, Salz und Pfeffer abschmecken und kaltstellen.

Für den Blätterteig:

1 Lage Blätterteig
 Olivenöl, zum Bestreichen
 Fleur de Sel, zum Würzen

Blätterteig mit etwas Olivenöl bestreichen und mit Fleur de Sel bestreuen. Anschließend für 10 Minuten im Ofen knusprig backen. In große Chips zerbrechen und als Garnitur verwenden.

Für den Salat:

120 Rucola
 4 Radieschen
 4 Aprikosen
 1 kleine Schalotte
 20 ml Orangenlikör
 1 TL Zucker
 ½-1 EL Essig
 ½ EL Rapsöl
 2 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle

Rucola putzen, waschen und trockenschleudern. Schalotte abziehen und in feine Streifen schneiden. Radieschen waschen, trockentupfen und in feine Scheiben schneiden. Essig, einen Esslöffel Wasser, Zucker und eine Prise Salz in einem Topf aufkochen. Schalotte und Radieschen in eine Schüssel geben und mit dem heißen Sud übergießen. Zugedeckt für 10 Minuten ziehen lassen. Anschließend Schalotte und Radieschen abtropfen lassen und dabei den Sud auffangen. Auskühlen lassen. Aprikosen waschen, trockentupfen, halbieren und entsteinen.

Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Aprikosen beidseitig darin für 2 Minuten braten. Mit Orangenlikör flambieren. Aprikosen auskühlen lassen. Rucola, Aprikosen, Schalotten und Radieschen miteinander vermengen. 2 EL vom beiseitegestellten Sud abnehmen, mit Olivenöl vermengen und mit Salz abschmecken. Entstandenes Dressing über den Salat träufeln.

Für die Garnitur: Mit dem Wodka mögliche Fettflecken auf dem Tellerrand entfernen.
1 EL Wodka

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Inga Schmidt

Ravioli mit Kräuter-Haselnuss-Füllung, Zitronenmelisse-Salbei-Butter und Schmortomaten

Zutaten für zwei Personen

Für den Ravioliteig:

2 Eier
115 g Mehl, Type 405 + Mehl, zum Ausrollen
85 g Semola
1 EL Olivenöl
½ TL Salz

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Mehl und Semola in einer Schüssel miteinander vermengen. In der Mitte eine Mulde bilden und Eier, Öl und Salz hineingeben. Mit Hilfe einer Küchenmaschine den Teig kneten. Den Teig anschließend nochmals mit den Händen geschmeidig kneten. Teig in Frischhaltefolie einwickeln und kurz im Kühlschrank ruhen lassen. Anschließend den Teig mit Hilfe einer Nudelmaschine in dünne Bahnen ausrollen.

Für die Füllung:

150 g Parmesan
80 g gemahlene Haselnüsse
1 Bund glatte Petersilie
1 Topf Olivenkraut (alternativ: 100 g entkernte, schwarze Oliven)
250 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Petersilie und Olivenkraut waschen, trockenwedeln und grob schneiden. Parmesan grob reiben. Kräuter, gemahlene Haselnüsse und Parmesan in ein hohes Gefäß geben und mit dem Pürierstab pürieren, dabei langsam das Olivenöl einfließen lassen. Füllung mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit einem viereckigen Ausstecher Ravioli ausstechen und in der Mitte jeweils mit einem Teelöffel etwas Füllung platzieren. Ravioli gut verschließend und im nicht mehr kochenden Salzwasser garziehen lassen. Die Ravioli sind fertig, wenn sie oben schwimmen.

Restliche Füllung als Pesto-Garnitur verwenden.

Für die Zitronenmelisse-Butter:

200 g Butter
1 Bund Salbei
1 Bund Zitronenmelisse

Kräuter waschen, trockenwedeln und fein schneiden.

Butter in einer Pfanne zerlassen, Kräuter hinzugeben und bei mittlerer Hitze ca. 2 Minuten braten lassen.

Für die Schmortomaten:

1 Zweig Cocktailtomaten an der Rispe
2 Knoblauchzehen
2 Zweige Rosmarin
4 EL Olivenöl
Grobes Meersalz, zum Würzen

Rosmarin waschen und trockenwedeln. Tomaten vorsichtig waschen und trockentupfen. Tomaten mit Strunk in eine feuerfeste Schale geben und mit Olivenöl beträufeln. Knoblauch andrücken und mit dem Rosmarin in die Schale zu den Tomaten geben. Tomaten in den Ofen geben und solange garen bis sie anfangen leicht aufzuplatzen. Vor dem Servieren mit Salz würzen.

Für die Garnitur:

50 g Parmesan
2 Zweige Salbei

Parmesan grob reiben. Salbei waschen, trockenwedeln und grob zupfen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Stefan Macek

Spinatknödel mit geschmolzener Butter und Gurkensalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Spinatknödel:

500 g Blattspinat
250 g Knödelbrot
1 Zwiebel
2 Eier
3 EL Quark
200 ml Milch
100 g Semmelbrösel
Pflanzenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebelwürfel darin glasig anschwitzen.

Eier, Milch, Knödelbrot, Semmelbrösel, Quark und Zwiebelwürfel in einer Schüssel vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Blattspinat waschen, blanchieren, eiskalt abschrecken, ausdrücken und anschließend unter die Knödelmasse heben. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse kleine, gleichmäßige Knödel formen. Salzwasser in einem Topf erhitzen und die Knödel darin unter dem Siedepunkt garziehen lassen.

Für die geschmolzene Butter:

200 g Butter

Butter in einer Pfanne schmelzen. Knödel in der flüssigen Butter schwenken.

Für den Salat:

1 Salatgurke
1 Knoblauchzehe
1 Limette, davon Saft
1 Bund Dill
100 ml Saure Sahne
3 EL Kürbiskernöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gurke waschen, trockentupfen, längs halbieren und mit einem Löffel entkernen. Anschließend in Viertel schneiden. Limette auspressen und den Saft auffangen. Knoblauch abziehen und fein würfeln. Dill waschen, trockenwedeln und fein schneiden. Saure Sahne, Kürbiskernöl und Limettensaft zu einem Dressing verrühren. Dill und Knoblauch untermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dressing und Gurke miteinander vermengen.

Für die Garnitur:

20 g Parmesan

Parmesan reiben. Spinatknödel mit flüssiger Butter und geriebenen Parmesan garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Die Küchenschlacht – Menü am 16. August 2023

Zusatzgericht von Johann Lafer



Sommerliches Buchweizen-Taboulé

Zutaten für zwei Personen

Für das Taboulé:

100 g Buchweizen
150 g reife große Rispentomaten
300 g Minigurken
150 g Wassermelone
2 Frühlingszwiebeln
2 rote Peperoni
1 kleines Stück Ingwer
1 Zitrone, davon Abrieb & Saft
375 ml Gemüsefond
4 Zweige Petersilie
4 Zweige Thaibasilikum
1 EL Birkenzucker
5 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Gemüsefond in einem Topf aufkochen, den Buchweizen einstreuen und zugedeckt bei schwacher Hitze 25–30 Minuten quellen lassen. Anschließend abgießen und offen abkühlen lassen.

Tomaten waschen, trockentupfen und vierteln, dabei die Stielansätze und Kerne entfernen. Minigurken waschen und trockentupfen und Wassermelone schälen. Tomaten, Gurken und Wassermelone in etwa 1,5 cm große Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen, trockentupfen und in etwa 1 cm breite Ringe schneiden. Peperoni waschen, längs halbieren, von Kernen und Trennhäuten befreien und fein hacken. Ingwer schälen und fein reiben.

Zitrone heiß abspülen, abtrocknen und die Schale fein abreiben. Anschließend die Zitrone halbieren, den Saft auspressen und auffangen. Zitronensaft und -abrieb mit Salz, Pfeffer und Birkenzucker in einer Schüssel verrühren, Olivenöl nach und nach mit dem Schneebesen unterschlagen. Buchweizen sowie Tomaten, Gurken, Wassermelone, Frühlingszwiebeln und Peperoni und geriebenen Ingwer untermischen. Petersilie und Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blätter abzupfen, grob hacken und unter den Salat heben. Abschließend alles mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.