

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 19. Dezember 2023**
Rezepte-Wichteln mit Cornelia Poletto



Roman Kadletz kocht das Gericht von Sonja Dale

Schweinefilet mit Portwein-Schalotten-Butter, Kartoffel-Sellerie-Stampf und Romanesco

Zutaten für zwei Personen

Für das Schweinefilet:

400 g Schweinefilet
1 Knoblauchzehe
1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Schweinefilet in Medaillons schneiden. Knoblauch mit einem flachen Messer andrücken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch kurz anschwitzen, Fleisch hinzugeben und von beiden Seiten scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Rosmarin und Thymian dazugeben und bei geringer Hitze noch etwas ziehen lassen.

Für die Portwein-Schalotten-Butter:

4 Schalotten
1 Knoblauchzehe
30 g kalte Butter
250 ml Portwein
2 Zweige Thymian
2 Gewürznelken
1 Lorbeerblatt
1 EL Zucker
Salz, aus der Mühle

Schalotten und Knoblauch abziehen und halbieren. Zucker in einem Topf hellbraun karamellisieren lassen. Mit Portwein ablöschen. Thymian abbrausen und trockenschleudern. Halbierete Schalotten, Knoblauch, Thymian, Lorbeer und Nelken in den Topf geben. Bei mittlerer Hitze weich garen. Schalotten herausnehmen und Beiseite stellen. Sauce einkochen lassen, dann durch ein Sieb abgießen. Butter würfeln und Sauce damit aufmontieren. Kurz vor dem Servieren Schalotten hinzufügen und mit Salz abschmecken.

Für den Stampf:

3 mehligkochende Kartoffeln
½ Sellerieknolle
200 ml Milch
2 EL Butter
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Kartoffeln und Sellerie schälen, würfeln und in Salzwasser 20 Minuten kochen. Wasser abgießen. Milch und Butter erwärmen, vom Herd nehmen und gekochte Kartoffel- und Selleriewürfel hinzugeben. Mit einem Stampfer zerdrücken und gut vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für den Romanesco:

1 kleiner Romanesco
50 g Räucherspeck
1 EL Butter
100 ml Gemüsefond
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Romanesco waschen, Blätter entfernen und Röschen abteilen. Speck würfeln. Speckwürfel in einem Topf ohne Fett leicht anbraten. Butter hinzugeben, Romanesco hinzugeben und anschwitzen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Mit Fond ablöschen und bei mittlerer Hitze und geschlossenem Deckel 5 Minuten garen lassen. Mit einer Schöpfkelle Röschen und Speck dem Topf entnehmen und neben dem Fleisch anrichten.

Für die Garnitur:

2 Zweige Kerbel

Kerbel abbrausen, trockenwedeln und fein zupfen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Sonja Dale kocht das Gericht von Eda Block

Lachsfilet mit Spekulatius-Kruste, Schnittlauch-Öl, Kartoffelstampf und Wurzelgemüse

Zutaten für zwei Personen

Für das Lachsfilet mit Kruste:

400 g Lachsfilet, ohne Haut
1 Orange, davon Abrieb & Frucht
35 g Spekulatiuskekse
50 g Butter
35 g Semmelbrösel
½ TL getrockneter Majoran
1 Prise Cayennepfeffer
½ Prise Zimt
Grobes Meersalz, zum Würzen
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

Die Hälfte der Orangenschale dünn abreiben und Orange mit einem scharfen Messer so schälen, dass die weiße Haut vollständig entfernt wird. Orangen in dünne Scheiben schneiden. 1 EL Butter auf ein Blech streichen und mit den Orangenscheiben belegen.

Orangenschale mit Keksen und Majoran in einen Blitzhacker geben und fein zerkleinern. Restliche Butter in einem Topf zerlassen und in einer Schüssel mit Spekulatiusmischung und Semmelbröseln verrühren. Mit Salz, Cayennepfeffer und Zimt würzen.

Lachs in zwei gleich große Stücke schneiden und salzen. In einer Pfanne mit Öl scharf anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen, Spekulatiusmasse auf dem Fisch verteilen und sehr gut andrücken. Fisch auf die Orangenscheiben auf das Blech setzen und für 10-12 Minuten im Ofen backen.

Für das Schnittlauch-Öl:

½ Bund Schnittlauch
1 Zitrone, davon Saft
1 Prise Zucker
3 EL neutrales Pflanzenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Zitrone halbieren und auspressen. 2 EL Zitronensaft, etwas Salz, Pfeffer, Zucker und Öl verrühren und Schnittlauch untermischen. Fisch mit dem Schnittlauch-Öl beträufeln.

Für den Kartoffelstampf:

400 g kleine mehligkochende Kartoffeln,
100 ml Milch
30 g Butter
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln in einem Topf mit Salzwasser garkochen. Anschließend die Kartoffeln abseihen und pellen.

Milch und Butter in einem Topf leicht erwärmen, bis die Butter geschmolzen ist. Kartoffeln mit einer Gabel, Kartoffelpresse oder einem Kartoffelstampfer zerdrücken. Milch und Butter unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Für das Gemüse:

300 g bunte Möhren
150 g Pastinaken
1 Schalotte
150 ml Gemüsefond
1-2 TL Sojasauce
½ TL Zucker
1 TL Currypulver
1 EL neutrales Pflanzenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und in Ringe schneiden. Möhren und Pastinaken schälen und waschen. Pastinaken in Scheiben, Möhren in Stücke schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen, Schalotte, Pastinaken und Möhren darin andünsten. Mit Curry und Zucker bestäuben und anschwitzen.

Wurzelgemüse mit Fond ablöschen und 10 Minuten garen. Vom Herd nehmen und mit etwas Sojasauce, 1-2 EL Zitronensaft (s.o.) und Pfeffer abschmecken.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Gericht zusammen mit der sauren Sahne anrichten und zum Schluss mit einer Prise Curry garnieren.

Für die Garnitur: Petersilie fein hacken.
2 EL Saure Sahne
¼ Bund glatte Petersilie
Currypulver, zum Bestreuen

Das Gericht auf Tellern anrichten und mit Petersilie, Curry und saurer Sahne garniert servieren.



Laut WWF empfiehlt es sich auf **Pazifischen Lachs** aus folgenden Fanggebieten zurückzugreifen: (Stand Dezember 2023)

- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Alaska.
- Wildfang (alle Fangmethoden)
- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Kanada
Buckellachs (*Oncorhynchus gorboscha*), Ketalachs (*Oncorhynchus keta*): Umschließungsnetze (Ringwaden), Haken und Langleinen (Schleppangeln)
- 2. Wahl: Nordwestpazifik FAO 61
Reusen (Fallen), Stellnetze-Kiemennetze (außer: Königslachs, Ketalachs)



Felix Oltrogge kocht das Gericht von Torsten Woelpl

Perlhuhn Suprême mit gefüllten Portwein-Feigen und Gewürz-Bulgur

Zutaten für zwei Personen

Für den Gewürz-Bulgur:

50 g grober Bulgur
1 Schalotte
1 Orange, davon Saft
3 Zweige Minze
1 TL Ras el-Hanout
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 70 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Bulgur abwaschen und in einem kleinen Topf mit etwa 100 ml leicht gesalzenem Wasser zum Kochen bringen. Kurz aufkochen lassen und anschließend etwa 7 Minuten bei geringer Hitze quellen lassen, bis das Wasser vollständig aufgenommen wurde. Schalotte abziehen, würfeln und in einer Pfanne mit Olivenöl andünsten. Bulgur dazugeben und kurz mitbraten. Orange auspressen und Bulgur mit Saft ablöschen. Einkochen lassen. Minze klein hacken und unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Ras el-Hanout abschmecken.

Für die gefüllten Portwein-Feigen:

4 Feigen
1 kleine rote Zwiebel
1 Orange, davon Saft
50 g getrocknete Aprikosen
100 ml roter Portwein
½ TL gemahlener Zimt
½ TL gemahlener Kreuzkümmel
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Von den Feigen den Boden sehr dünn abschneiden. Oberes Drittel ebenfalls abschneiden und Feigen aushöhlen, dabei das Fruchtfleisch aufheben. Zwiebel abziehen und fein hacken. Getrocknete Aprikosen ebenfalls fein würfeln. 1 EL Olivenöl in einem kleinen Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel darin andünsten. Orange auspressen und Zwiebeln mit Saft ablöschen. Feigen-Fruchtfleisch, Aprikosen und 2-3 EL Portwein dazugeben und einkochen. Mit Zimt, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer kräftig abschmecken und Masse dann in die ausgehöhlten Feigen füllen. Feigen in einer Pfanne mit Olivenöl kurz anschmoren. Mit restlichem Portwein ablöschen und einköcheln lassen bis Feigen weich sind. Dabei ab und zu mit Portwein übergießen.

Für das Perlhuhn:

2 Perlhuhn Suprême
1 EL Butterschmalz
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Überschüssiges Fett und Haut vom Perlhuhn entfernen und mit Salz und Pfeffer würzen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Perlhuhn etwa 6-7 Minuten auf jeder Seite braten. Anschließend so an den Pfannenrand legen, dass die Seiten und die Flügel ebenfalls gebräunt werden. Im Backofen bei 70 Grad warmstellen.

Zum Anrichten den Bulgur kreisförmig auf einen Teller geben. Die Perlhuhn Suprême und die Feigen auf dem Bulgur anrichten. Mit etwas Portwein von den Feigen begießen.



Eda Block kocht das Gericht von Felix Oltrogge

Kaninchenkeulen mit Lebkuchensauce, Schmorkohl und Pommes carrées

Zutaten für zwei Personen

Für die Kaninchenkeulen:

2 möglichst kleine Kaninchenkeulen
Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

Kaninchenkeulen parieren, salzen, pfeffern und in Öl in einer Pfanne scharf anbraten. Im Ofen für 10-15 Minuten garen bis eine Kerntemperatur von 56 Grad erreicht ist.

Für die Lebkuchensauce:

50 g geräucherter Speck
100 g Saucenlebkuchen
10 g Rosinen
150 ml Malzbier
250 ml Gemüsefond
Salz, aus der Mühle

Gemüsefond mit Speck in einem Topf aufkochen und so den Speck im Fond auslassen. Dann Speck herausnehmen. Lebkuchen schneiden und in Malzbier auflösen, ggf. durch ein Sieb passieren. Lebkuchen-Malzbier-Mischung in einem Topf mit so viel Gemüsefond erhitzen, bis die gewünschte sämige Konsistenz erreicht ist. Hälfte der Rosinen hinzugeben und mit Salz abschmecken.

Für den Schmorkohl:

200 g Weißkohl
20 ml Weißweinessig
15 g Zucker
5 g Salz
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

100 ml Wasser, Essig, Salz und Zucker mit etwas Pfeffer in einem Topf verrühren und langsam erhitzen. Kohl in feine Streifen schneiden und zu dem Sud in den Topf geben. 15 Minuten köcheln lassen bis die gesamte Flüssigkeit verkocht ist. Kurz vorher die restlichen Rosinen (s.o.) unterrühren. Mit Salz, Zucker und Pfeffer nochmals abschmecken.

Für die Pommes carrées:

300 g festkochende Kartoffeln
Neutrales Pflanzenöl, zum Frittieren
Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in 1x1x1 cm große Würfel schneiden. In einer Fritteuse oder in einem Topf mit Pflanzenöl doppelt frittieren. Auf Küchenpapier entfetten und mit Salz würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Torsten Woelpl kocht das Gericht von Evelyn Bass

Rinderfilet mit Orangensauce, Wurzelgemüse, Bratkartoffeln und geschmorten Zwiebeln

Zutaten für zwei Personen

Für die das Rinderfilet:

500 g Rinderfilet aus der Mitte
1 EL Butterschmalz
1 EL Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Rinderfilet von jeder Seite 2 Minuten scharf anbraten, dann salzen. Anschließend im Backofen weitergaren bis es eine Kerntemperatur von 55 Grad erreicht hat. Das Fleisch vor dem Servieren ruhen lassen und anschließend in einer anderen heißen Pfanne mit Butter glasieren.

Für die Orangensauce:

6 Orangen, davon Saft & Fruchtfleisch
1 Zwiebel
150 ml Rinderfond
50 g kalte Butter
Butter, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen, halbieren und in Streifen schneiden. Anschließend in der Fleischpfanne mit Butter anschwitzen. 5 Orangen halbieren, Saft auspressen und auffangen. Eine Orange filetieren und Filets als Deko zur Seite stellen. Zwiebeln mit Rinderfond und Orangensaft ablöschen und sämig einkochen lassen. Zum Servieren die Sauce mit kalter Butter aufmontieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Wurzelgemüse:

100 g Karotten
100 g Pastinaken
100 g Sellerie
2 Zweige Rosmarin
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Wurzelgemüse waschen und in gleichmäßige Stücke schneiden. Gemüse in eine Schüssel geben, mit Olivenöl vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne von allen Seiten anbraten und danach auf ein Blech geben. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, grob zupfen und unter das Gemüse mengen. Gemüse im Ofen etwa 10 Minuten rösten.

Für die Bratkartoffeln:

500 g festkochende Kartoffeln
1 TL Paprikapulver
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in gleichmäßige dünne Scheiben schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelscheiben darin goldbraun braten. Zum Schluss mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.

Für die geschmorten Zwiebeln:

1 Zwiebel
50 g Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden. Butter in einer Pfanne zerlassen und die Zwiebel darin weich schmoren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Evelyn Bass kocht das Gericht von Roman Kadletz

Rehrücken mit Preiselbeersauce, Brezensoufflé, Rosenkohl und Pancetta-Chip

Zutaten für zwei Personen

Für das Brezensoufflé:

60 g Speck
2 Brezeln vom Vortag
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 Eier
1 EL Butter
200 ml Milch
3 Zweige Petersilie
50 g Semmelbrösel
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Milch in einem Topf erwärmen. Brezeln in Würfel schneiden, in einer Schüssel mit der warmen Milch beträufeln und zugedeckt einweichen lassen. Eier trennen. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Speck in Würfel schneiden. Eiweiß langsam steif schlagen. Butter in einer Pfanne zerlassen. Speckwürfel in der Butter andünsten. Wenn der Speck fast knusprig ist, die fein gewürfelten Zwiebeln und die fein gehackten Knoblauchzehen hinzufügen. Alles zusammen anschwitzen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Petersilie hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas abkühlen lassen, dann mit der eingeweichten Brezel und dem Eigelb vermischen. Eischnee vorsichtig unterheben. Portionsförmchen mit Butter ausstreichen und mit Semmelbröseln ausschwenken. Förmchen anschließend mit der Masse zu zwei Dritteln füllen.

Im heißen Backofen 10-12 Minuten backen, bis sie gut fingerbreit über den Rand gestiegen sind.

Für die Pancetta-Chips:

4-6 dünne Scheiben Pancetta

Den dünn geschnittenen Pancetta auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Eine zweite Schicht Backpapier drüberlegen und mit einem Topf oder einer Pfanne beschweren. In den Ofen geben und trocknen lassen bis er kross ist.

Für den Rosenkohl:

300 g Rosenkohl
100 g Speck
2 EL Ahornsirup
2 EL Balsamicoessig
Olivenöl, zum Beträufeln
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rosenkohl putzen und halbieren. In einer Schüssel Ahornsirup, Essig, Salz und Pfeffer mischen und Kohl dazugeben. Speck kleinschneiden und untermischen. Rosenkohl in einer Pfanne mit Öl von allen Seiten bissfest braten.

Für den Rehrücken:

1 Rehrücken à 400 g
2 EL Butter
2 Zweige Rosmarin
8-10 Wacholderbeeren
1 TL Fleur de Sel
6 schwarze Pfefferkörner

Rehrücken parieren. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Nadeln abzupfen und anschließend sehr fein hacken. Wacholderbeeren und Pfefferkörner mit Fleur de Sel im Mörser sehr fein zerreiben und Rosmarinnadeln dazugeben. Gewürzmischung auf einen flachen Teller streuen und Rehrückenfilet darin rundherum wälzen. Butter in einer gusseisernen Pfanne erhitzen und Fleisch darin bei mittlerer Hitze von beiden Seiten jeweils maximal 3-3 ½ Minuten anbraten. Dabei darauf achten, dass die Butter nicht zu sehr bräunt. Herausnehmen und Filet auf einem Teller mit Alufolie abgedeckt bis zum Servieren ruhen lassen. Pfanne für den Saucenansatz verwenden.

Für die Preiselbeer-Sauce:
1 EL Preiselbeeren aus dem Glas
250 g Sahne
100 g Crème fraîche
2 EL trockenen Rotwein
3 EL halbtrockener roter Portwein
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rotwein und Portwein in die Pfanne geben und Bratensatz unter Rühren damit ablösen. Preiselbeeren, Sahne und Crème fraîche hinzufügen und alles bei mittlerer Hitze cremig einköcheln lassen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nicht mehr aufkochen lassen. Abschließend durch ein feinmaschiges Sieb passieren und bis zum Servieren warmhalten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.