

| Die Küchenschlacht-ChampionsWeek - Menü am 31. Oktober 2016 |
Tagesmotto: "Crazy Chicken" mit Alexander Kumptner



Gericht zum Tagesmotto: „Hähnchen-Involtini mit Schoko-Marshmallow-Füllung auf Orangen-Portwein-Sauce und Kartoffel-Chicorée-Stampf“ von Benjamin Pluskwik

Zutaten für zwei Personen

Für die Hähnchen-Involtini:

2 Hähnchenschnitzel à 200 g
100 g Frischkäse
80 g Marshmallows
80 g Zartbitterschokolade
Kurkumapulver, zum Würzen
Neutrales Pflanzenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle

Für die Sauce:

3 Orangen
100 ml dunkler Portwein
2 EL Schmand
50 g Butter
1 EL Speisestärke, zum Abbinden
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Stampf:

150 g mehlig kochende Kartoffeln
5 Blätter Chicorée
1 EL Schmand
4 Zweige glatte Petersilie
1 Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

10 Cashewkerne

Zubereitung

In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.



Für die Hähnchen-Involtini Fleisch kalt abrausen, trockentupfen, salzen und großzügig mit Kurkuma bestreuen. Marshmallows und Schokolade sehr fein hacken, mit dem Frischkäse vermengen, auf das Fleisch steichen und einrollen. Mit Zahnstochern fixieren. In einer Pfanne Öl erhitzen und die Involtini rundherum scharf anbraten. Aus der Pfanne nehmen und kurz warm stellen.

Für die Sauce Orangen halbieren, Filets auslösen und restlichen Saft auspressen. Bratensatz in der Pfanne mit Portwein ablöschen. Orangenfilets, Schmand und Orangensaft zugeben. Involtini in die Sauce geben und circa drei Minuten köcheln lassen. Fleisch wieder aus der Sauce nehmen und erneut warm stellen. Sauce mit Stärke binden und aufkochen lassen. Orangenfilets mit einer Gabel zerdrücken, Butter in die Sauce geben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Kartoffel-Chicorée-Stampf Kartoffeln schälen und in gesalzenem Wasser weich kochen. Anschließend mit einer Schöpfkelle aus dem Wasser heben und warm halten. Chicorée putzen, äußere Blätter und Strunk entfernen und restliche Blätter klein schneiden. Für zwei Minuten im heißen Kartoffelwasser blanchieren. Abschütten, zu den Kartoffeln geben und alles stampfen. Petersilie abrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen, klein hacken und mit dem Schmand unter den Stampf heben. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Muskatnuss abschmecken.

Für die Garnitur Cashewkerne klein hacken und in einer Pfanne ohne Fett hellbraun rösten.

Hähnchen-Involtini mit Schoko-Marshmallow-Füllung auf Orangen-Portwein-Sauce und Kartoffel-Chicorée-Stampf auf Tellern anrichten, mit Cashewkernen garnieren und servieren.



Gericht zum Tagesmotto: „Karibische Chicken-Tortillas mit fruchtiger Salsa und Guacamole“ von Daniel Greineder

Zutaten für zwei Personen

Für die Tortilla-Füllung:

1	Hähnchenbrust à 200 g
¼ Kopf	Rotkohl
1	Vanilleschote
3 EL	Kokosraspel
3 EL	Koriandersamen
1 TL	schwarze Senfsamen
2 TL	Kreuzkümmel
1 TL	gemahlener Cayennepfeffer
1 TL	Knoblauchpulver
1 EL	Kurkumapulver
1 TL	feines Meersalz
	Erdnussöl, zum Anbraten

Für den Tortilla-Teig:

120 g	Maismehl
½ TL	Salz

Für die Salsa:

½	rote Paprika
½	rote Zwiebel
1	Mango
1	Baby-Ananas
1	Limette
½ Bund	Koriander
½ TL	Knoblauchpulver
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Guacamole:

2	Avocados
1	Strauchtomate
1	rote Chili
½	Zwiebel
½	Limette
½ TL	Chili-Würzsauce
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

½	Limette
---	---------

Zubereitung

Für das Fleisch die Hähnchenbrust kalt abbrausen, trockentupfen und in Streifen schneiden. Vanilleschote längs halbieren und das Mark herauskratzen. In einer Pfanne Erdnussöl erhitzen.



Koriandersamen, Kreuzkümmel, Kokosflocken und Senfsamen anrösten. Anschließend Gewürze mörsern und mit Meersalz, Cayennepfeffer, Knoblauchpulver, Kurkumapulver und dem Mark der Vanilleschote vermengen. Hähnchenbrust mit der Gewürzmischung einreiben und kurz ziehen lassen. In einer Pfanne Erdnussöl erhitzen und marinierte Hähnchenstreifen scharf anbraten. Anschließend warm halten.

Für den Tortilla-Teig Maismehl mit Salz vermengen und 180 Milliliter heißes Wasser hinzufügen. Zunächst mit dem Kochlöffel und anschließend mit der Hand zu einem elastischen Teig kneten. Teig mit einem Geschirrtuch bedecken und 13 Minuten ruhen lassen.

Für die fruchtige Salsa Koriander abrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken. Einen Teil des Korianders für die Garnitur beiseitelegen. Limette auspressen. Mango schälen, Kern entfernen und Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Ananas schälen und Fruchtfleisch ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Zwiebel abziehen, Paprika waschen, halbieren, entkernen und beides ebenfalls würfeln. Mango, Ananas, Zwiebel und Paprika in einer Schüssel vermengen. Koriander und Limettensaft hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und Knoblauchpulver abschmecken.

Für die Guacamole Limette auspressen. Chili waschen, halbieren, entkernen und klein hacken. Zwiebel abziehen und würfeln. Tomate waschen, Strunk entfernen und Fruchtfleisch würfeln. Avocados halbieren, Kern entfernen und Fruchtfleisch pürieren. Limettensaft unter die pürierte Avocado rühren und Chili, Zwiebel, Tomate und Chili-Würzsaure hinzufügen. Guacamole mit Salz und Pfeffer würzen.

Aus dem Tortilla-Teig golfballgroße Kugeln formen und diese zwischen zwei Frischhaltefolien möglichst rund ausrollen. Fladen in einer Pfanne ohne Öl bei mittlerer Hitze von jeder Seite eine Minute braten.

Rotkohl putzen, waschen und in feine Streifen schneiden.

Für die Garnitur Limette waschen und in Spalten schneiden.

Tortilla-Fladen auf Teller geben, mit Guacamole bestreichen, marinierte Hähnchenstreifen und Rotkohl darauf verteilen und die fruchtige Salsa darüber geben. Zusammenfalten, mit Limettenscheiben und Koriander garnieren und servieren.



Gericht zum Tagesmotto: „Variation vom Backhendl mit Kartoffel-Feldsalat und Gurkensalat“ von Melanie Seltzsam

Zutaten für zwei Personen

Für das Zitronen-Backhendl:

- 1 Hähnchenbrustfilet à circa 200 g, ohne Haut
- ½ Zitrone
- 1 Ei
- 40 g kalte Schlagsahne
- 40 g Mehl
- 50 g Panko
- ¼ TL scharfer Senf
- 4 Stängel Thymian
- 4 Stängel glatte Petersilie
- 4 Stängel Kerbel
- neutrales Pflanzenöl, zum Ölen und Frittieren
- Muskatnuss, zum Reiben
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das steirische Backhendl:

- 1 Hähnchenbrustfilet à circa 200 g, ohne Haut
- 3 Eier
- 80 g Mehl
- 100 g Semmelbrösel
- 80 g Kürbiskerne
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das klassische Backhendl:

- 2 Hähnchenunterschenkel à circa 80 g, ohne Haut
- 2 Eier
- 50 g doppelgriffiges Mehl
- 50 g Semmelbrösel
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Kartoffel-Feldsalat:

- 250 g kleine festkochende Kartoffeln
- 50 g Feldsalat
- ½ Zwiebel
- 4 EL Weißweinessig
- 2 EL Rapsöl
- 1 TL neutrales Speiseöl, zum Braten
- Zucker, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle



Für den Gurkensalat:

½ Salatgurke
½ Zehe Knoblauch
½ Zitrone, davon 1 EL Saft
50 g Saure Sahne
½ EL Olivenöl
edelsüßes Paprikapulver, zum Abschmecken
Cayennepfeffer, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

In einer Fritteuse Öl auf ca. 170 Grad erhitzen.

In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Für das gefüllte Zitronen-Backhendl Hähnchenbrustfilet kalt abbrausen und trockentupfen. 40 Gramm der Hähnchenbrust in kleine Würfel schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und auf einem Teller circa zehn Minuten ins Tiefkühlfach stellen. Restliches Fleisch in sechs dünne Scheiben schneiden.

Für die Füllung Thymian, Petersilie und Kerbel abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken. Gekühlte Hähnchenwürfel pürieren, Senf zufügen und mit Muskatnuss, Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer würzen. Eiskalte Sahne portionsweise dazugeben und immer wieder mixen. Masse in eine Schüssel füllen und mit den Kräutern vermengen.

Hähnchenbrust zwischen zwei Lagen geölter Frischhaltefolie gleichmäßig plattieren. Mit Pfeffer würzen, Füllung in die Mitte setzen, Enden darüber zusammenfalten und gut andrücken. Ei verquirlen und mit Zitronenabrieb, Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. Gefüllte Hähnchenbrust zuerst in Mehl wenden, dann durch das Ei ziehen und in Panko wenden. Hähnchen in der Fritteuse goldbraun ausbacken und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das steirische Backhendl mit Kürbiskernen Hähnchenbrustfilet kalt abbrausen, trockentupfen und in Stücke schneiden. Kürbiskerne hacken und mit Semmelbröseln vermischen. Eier verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen und in einen tiefen Teller geben. Hähnchenteile mehlieren, dann im Ei und in der Kürbiskern-Brösel-Mischung wenden. Hähnchen in der Fritteuse goldbraun ausbacken und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das klassische Backhendl Hähnchenunterschenkel kalt abbrausen und trockentupfen. Eier verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen. Hähnchenteile mehlieren, dann in Ei und zuletzt in den Semmelbröseln wenden. Keulen in der Fritteuse circa 14 Minuten ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Kartoffel-Feldsalat Kartoffeln putzen und mit Schale in reichlich gesalzenem Wasser 20 Minuten garen. Abgießen, pellen und in Scheiben schneiden. Feldsalat waschen und trocken schleudern. Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. In einer Pfanne Öl erhitzen, Zwiebel darin anbraten. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Weißweinessig, Rapsöl und zwei Esslöffel Wasser hinzufügen. Sud über die Kartoffeln gießen, Feldsalat unterheben.



Für den Gurkensalat Gurke waschen und in feine Scheiben hobeln. Mit einem Viertel Teelöffel Salz vermengen. Gurken ziehen lassen und das ausgetretene Wasser abgießen. Knoblauch abziehen und pressen. Gurken mit Knoblauch, Pfeffer, je einer Prise Paprikapulver und Cayennepfeffer sowie der sauren Sahne vermengen. Mit Zitronensaft und Olivenöl abschmecken.

Variation vom Backhendl mit Kartoffel-Feldsalat und Gurkensalat auf Tellern anrichten und servieren.



Gericht zum Tagesmotto: „Maispouardenbrust „Cajun Style“ mit Currysauce, Kidneybohnen-Bananen-Püree und Mangosalsa“ von Karin Hämmerle

Zutaten für zwei Personen

Für die Maispouardenbrust:

2	Maispouardenbrüste à 120 g
1 TL	gerebelter Thymian
1 TL	getrockneter Oregano
2 TL	Knoblauchpulver
1 TL	Zwiebelpulver
1 TL	edelsüßes Paprikapulver
1 TL	gemahlener Cayennepfeffer
½ TL	rote Pfefferflocken
2 TL	Salz
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
	Rapsöl, zum Braten

Für das Püree:

1	Schalotte
3	Bananen
1 Dose	Kidneybohnen
250 ml	Hühnerfond
½ TL	Zucker
1 Prise	Salz
	Rapsöl, zum Braten

Für die Currysauce:

3	Schalotten
125 ml	trockener Weißwein
250 ml	Hühnerfond
250 ml	Schlagsahne
100 g	Butter
	Rapsöl, zum Braten
	Jaipur-Currypulver, zum Würzen
	Salz, aus der Mühle

Für die Mango-Salsa:

1	rote Paprika
1	rote Chili
1	Mango
1	Limette
1 TL	Olivenöl
1 Bund	Koriander
	Salz, aus der Mühle

Für die Garnitur:

1	Tortilla
500 ml	Sonnenblumenöl, zum Frittieren



Zubereitung

Ofen auf 140 Grad Umluft vorheizen. In der Fritteuse Sonnenblumenöl auf 180 Grad erhitzen.

In einem Topf Wasser auf circa 68 Grad erhitzen.

Für die Maispoulardenbrust Fleisch kalt abbrausen, trockentupfen und erst in Klarsicht-, dann in Alufolie wickeln. In circa 68 Grad heißem Wasser zehn Minuten pochieren. Knoblauchpulver, Paprikapulver, Zwiebelpulver, Cayennepfeffer, Thymian, Oregano, Pfefferflocken, Salz und Pfeffer vermengen. Poulardenbrust aus dem Wasser und der Folie nehmen, mit der Gewürzmischung einreiben und in heißem Rapsöl anbraten. Bei 140 Grad im Ofen warm halten.

Für das Kidneybohnen-Bananen-Püree Bananen schälen und klein schneiden. Schalotte abziehen und würfeln. In einer Pfanne Rapsöl erhitzen, Banane und Schalotte anbraten. Kidneybohnen abschütten und ebenfalls in die Pfanne geben. Mit Fond ablöschen und mit Salz und Zucker abschmecken. Mit einem Stabmixer pürieren.

Für die Salsa Mango schälen, halbieren, Kern entfernen und Fruchtfleisch klein schneiden. Chili waschen, halbieren, entkernen und klein hacken. Koriander abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Limette waschen, Schale abreiben und Saft auspressen. Mango mit Limettensaft und – abrieb, Chili, Olivenöl, Salz und Koriander vermengen. Kerngehäuse der Paprika entfernen. ¼ der Paprika schälen, in feine Würfel schneiden und zur Salsa geben.

Für den Curry-Schaum Schalotten abziehen und fein würfeln. Rapsöl erhitzen und Schalotten glasig anschwitzen. Mit Weißwein und Fond ablöschen. Reduzieren lassen. Sahne, Butter, Salz und Currypulver hinzufügen und in eine Espuma-Flasche füllen.

Für die Garnitur Mais-Tortilla in feine Streifen schneiden und in heißem Sonnenblumenöl frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Maispoulardenbrust „Cajun Style“ mit Curry-Schaum, Kidneybohnen-Bananen-Püree und Mango-Salsa auf Tellern anrichten, mit Tortilla-Streifen garnieren und servieren.



Gericht zum Tagesmotto: „Hähnchen-Curry mit Basmati und gerösteten Cashewkernen“ von Cornelius Göbel

Zutaten für zwei Personen

Für das Hähnchen-Curry:

4	Hähnchenbrustfilets à 100 g
3	Zwiebeln
6	Cherrytomaten
1	rote Paprika
1	gelbe Paprika
2	grüne Chilischoten
4 cm	Ingwer
400 ml	Kokosmilch
10	Curryblätter
1 EL	Korianderkörner
2 TL	Senfkörner
1 TL	Bockshornklee-Samen
1 TL	scharfes Chilipulver
1 TL	Kurkumapulver
5 EL	Sonnenblumenöl, zum Braten
	Salz, aus der Mühle

Für den Basmati:

200 g	Basmatireis
	Salz, aus der Mühle

Für die Garnitur:

10 g	Cashewkerne
------	-------------

Zubereitung

Für das Hähnchen-Curry Chilischoten waschen, halbieren, Kerngehäuse entfernen und Chilis klein schneiden. Ingwer schälen und klein hacken. Tomaten waschen, trocken reiben, Strunk entfernen und Furchtfleisch klein schneiden. Paprikaschoten waschen, halbieren, Kerngehäuse entfernen und Fruchtfleisch klein schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Senfkörner anrösten, bis sie aufplatzen. Bockshornklee, Chili, Curryblätter und Ingwer hinzufügen. Gewürze einige Minuten unter Rühren anrösten. Zwiebeln abziehen, fein hacken und ebenfalls mit anschwitzen. Chilipulver und Kurkumapulver hinzufügen und kurz anbraten. Tomaten und Paprika dazugeben und kurz dünsten. Zwei Gläser Wasser und Kokosmilch angießen und einkochen lassen. Mit Salz würzen.

Hähnchenbrustfilet kalt abbrausen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. In einer Pfanne Öl erhitzen und Hähnchenstreifen mit Korianderkörnern anbraten. Beides in das Curry geben und zehn Minuten köcheln lassen.

Für den Basmati den Reis waschen und mit der doppelten Menge Wasser und etwas Salz zum Kochen bringen. Bei geringer Hitze quellen lassen. Cashewkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Hähnchen-Curry mit Basmati und gerösteten Cashewkernen auf Tellern anrichten und servieren.



Gericht zum Tagesmotto: „Coq au Riesling mit Karotten-Zucchini-Gemüse und Rosmarinkartoffeln“ von Katrin Papra

Zutaten für zwei Personen

Für den Coq au Riesling:

4	Hähnchenkeulen à 80 g
1 Scheibe	magerer Speck
100 g	Schalotten
2 Zehen	Knoblauch
6	kernlose grüne Weintrauben
150 ml	trockener Riesling
100 ml	Geflügelfond
1 Zweig	Thymian
1 Zweig	Rosmarin
1 TL	Speisestärke
3 EL	Butterschmalz, zum Braten
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Gemüse:

2	mittelgroße Karotten
1	Zucchini
1 Stange	Lauch
½ Knolle	Sellerie
1 Zehe	Knoblauch
150 ml	Gemüsefond
1 TL	Zucker
2 EL	Puderzucker
50 g	Butter
2 Bund	glatte Petersilie
	Chilisalz, zum Würzen

Für die Rosmarinkartoffeln:

6	Drillinge
3 EL	Olivenöl
2 Zweige	Rosmarin
1 TL	grobes Meersalz

Zubereitung

Ofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Hähnchen die Keulen waschen, trockentupfen, im Gelenk durchschneiden und mit Salz und Pfeffer einreiben. In einer Pfanne mit Butterschmalz goldbraun anbraten. Schalotten abziehen und in Streifen schneiden. Speck in feine Streifen schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Speck, Schalotten und Knoblauch zum Hähnchen geben. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und ebenfalls dazugeben. Mit Riesling ablöschen und Geflügelfond angießen. Trauben waschen, halbieren und ebenfalls dazugeben. Bei geringer Hitze etwa 25 bis 30 Minuten schmoren. Anschließend Keulen aus der Pfanne nehmen und zugedeckt im Ofen warm stellen. Sauce durch ein feines Sieb passieren, mit einem Löffel entfetten und auf ein Drittel



einkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Speisestärke mit Wasser anrühren und Sauce damit binden.

Für die Rosmarinkartoffeln Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und Nadeln abzupfen. Kartoffeln waschen, putzen und vierteln. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, mit Meersalz würzen, mit Olivenöl beträufeln und mit Rosmarin bestreut circa 20 Minuten garen.

Für das Gemüse Karotten und Sellerie von den Enden befreien und schälen. Zucchini von den Enden befreien und waschen. Lauch von der äußeren Schale befreien. Gemüse in feine Streifen schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Butter und Puderzucker in der Pfanne schmelzen. Karotten, Sellerie und Lauch in die Pfanne geben und dünsten. Knoblauch und Zucchini nach fünf Minuten ebenfalls hinzufügen und anbraten. Mit Gemüsefond ablöschen. Flüssigkeit reduzieren lassen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken. Gemüse mit Zucker abschmecken, mit Chilisalzwürzen und Petersilie unterheben.

Coq au Riesling mit Karotten-Zucchini-Gemüse und Rosmarinkartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.