

**| Die Küchenschlacht-Promi-Woche - Menü am 15.11.2016 |**  
**Vorspeise mit Nelson Müller**



**Vorspeise: „Feigen-Mozzarella-Salat mit Parmaschinken und Kartoffelchips“ von Katrin Müller-Hohenstein**

**Zutaten für zwei Personen**

*Für den Salat:*

4	Feigen
2	Büffelmozzarella
200 g	Rucola
4 Scheiben	Parmaschinken
75 g	Parmesan
1	Zitrone
6 EL	Olivenöl
1 Stängel	Minze
2 TL	Honig
	Meersalz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für die Chips:*

2	festkochende Kartoffeln
1 l	Pflanzenöl
	feines Meersalz

**Zubereitung**

Für den Salat die Feigen am Stielansatz kreuzweise tief einschneiden. Mit Daumen und Zeigefinger zusammendrücken, sodass sie sich öffnen und das Innere der Frucht zu sehen ist. Die Feigen auf einen Teller setzen und mit einer Scheibe Parmaschinken umwickeln.

Die Mozzarella von Hand reißen und daneben verteilen. Den Rucola putzen, waschen, schleudern und darüber streuen. Die Zitronenschale mit einer Raspel darüber reiben. Die Minze leicht zerreißen und darüber streuen.

Mit einem Messer hauchdünne Streifen Parmesan abschaben und auf den Salat geben. Die Zitrone halbieren und mit einer Zitronenpresse drei Esslöffel Saft pressen. Ein Teil im Honig im Wasserbad erwärmen.

Das Olivenöl mit dem Honig und dem restlichen Zitronensaft vermischen, mit etwas Meersalz und Pfeffer würzen und als Dressing über den Salat geben.

Für die Chips Kartoffeln mit Sparschäler schälen und mit Trüffelhobel in feine Scheiben hobeln. In der Fritteuse frittieren, bis sie goldgelb sind. Anschließend mit Salz abschmecken.

Feigen-Mozzarella-Salat mit knusprigen Kartoffelchips auf Tellern anrichten und servieren.



## **Vorspeise: „Rote-Bete-Traum mit Scampi und Grünkohl“ von Yared Dibaba**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für den Rote-Bete-Traum:*

250 g	Rote Bete, vorgegart
1	Zwiebel
1 Zehe	Knoblauch
50 g	Butter
400 ml	Kokosmilch
250 ml	Sahne
2 TL	Honig
300 ml	Gemüsefond
1 Zweig	Minze
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für den Grünkohl:*

4 Blätter	Grünkohl
2	Schalotten
2	Tomaten
1 EL	Pommery Senf
1 EL	Löwensenf
1 EL	Tafelsenf
1 Bund	Schnittlauch
½ EL	weißer Balsamico
½ EL	Crema di Balsamico
2 EL	Olivenöl

#### *Für die Garnelen:*

12	Garnelen
1	Schalotte
3 Zehen	Knoblauch
	Olivenöl, zum Anbraten

### **Zubereitung**

Für die Rote Bete, Zwiebeln und Knoblauch abziehen und in einer Pfanne mit Butter dünsten, Honig dazu geben und anschließend mit dem Fond ablöschen. Fünf Minuten ziehen lassen. Die Rote Bete klein würfeln und kurz in kochendes Wasser geben. Das Wasser abgießen und mittels des Pürierstabs pürieren und im Topf dünsten. Den Fond und die restlichen Zutaten aus der Pfanne dazugeben. Anschließend Kokosmilch dazugeben. Nochmals mit dem Pürierstab pürieren, bis eine geschmeidige Konsistenz erreicht ist. Kurz vor dem Servieren geschlagene Sahne darunterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Grünkohl die Senfsorten in einer Schüssel mit weißem Balsamico und Crema di Balsamico vermengen. Den Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und untermengen.



Die Tomaten mit einem Messer am Strunk kreuzförmig einritzen und in einem Topf mit siedendem Wasser blanchieren. Anschließend halbieren, häuten, Kerne herausschneiden und würfeln. Eine Schalotten abziehen, klein würfeln und hinzugeben. Alles mit Olivenöl vermengen.

Grünkohl in einem Topf mit siedendem Wasser blanchieren, in einer Schüssel mit Eiswasser abschrecken und anschließend in dünne Streifen schneiden.

Für die Garnelen den Knoblauch und eine Schalotte abziehen und klein würfeln. Zusammen mit Scampi in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten.

Auf einem länglichen Teller ein Bett aus dem Grünkohl anrichten, die Tomaten und Garnelen darauf legen und die Vinaigrette drüber träufeln. In eine kleine Suppenschale die Suppe füllen, mit einer Minze dekorieren und auf den länglichen Teller stellen.



**Vorspeise: „Surf and Turf“-Spieß auf grünem Spargel-Salat mit Apfel-Miso-Dressing“ von Jimi Blue Ochsenknecht**

**Zutaten für zwei Personen**

*Für den Spieß:*

1	Rinderfilet à 300 g
6	Garnelen
1	Apfel
30 ml	Teriyaki-Sauce
10 ml	Sojasauce
1 TL	Honig
1 TL	weiße Sesamsaat
1 TL	schwarze Sesamsaat
	neutrales Öl, zum Anbraten

*Für den Salat:*

250 g	grüner Spargel
75 g	junger Spinat
1 Kästchen	Rote-Bete-Sprossen

*Für das Dressing:*

20 ml	naturtrüber Apfelsaft
½	Limette
10 ml	Yuzu-Saft
1 ½ EL	Miso-Paste
2 EL	Agavendicksaft
30 ml	Olivenöl
20 ml	neutrales Öl
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Zubereitung**

Für die Spieße das Fleisch in zwei Zentimeter große Stücke schneiden. In der Pfanne mit Öl anbraten. Garnelen ebenfalls in der Pfanne mit etwas Öl anbraten. Beides mit Teriyaki-Sauce, Sojasauce und Honig einreiben. Äpfel waschen, schälen und ebenfalls anbraten. Anschließend in Scheiben schneiden. Alles auf einem Spieß abwechselnd aufspießen.

Für den Salat den Spargel mit einem Sparschäler schälen und in einer Pfanne mit etwas Öl anbraten. Anschließend mit den Sprossen vermengen.

Für das Dressing die Limette auspressen und mit Yuzu-Saft, Apfelsaft, Misopaste, Agavendicksaft und Öl vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

„Surf and Turf“-Spieß mit grünem Spargel-Salat und Apfel-Miso-Dressing auf Tellern anrichten und servieren.



## **Vorspeise „Spinatsalat mit gebratener Hähnchenbrust, Datteln und Mandeln“ von Sonja Kirchberger**

### **Zutaten für zwei Personen**

2	Hühnerbrüste, à 150 g
100 g	junger Spinat
2	kleine Pitabrote
½	Zitrone
50 g	Medjool-Datteln
½	rote Zwiebel
20 g	Butter
75 g	Mandeln
2 TL	gemahlener Sumach
½ TL	Chiliflocken
2 EL	Olivenöl
1 EL	Weißweinessig
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Für den Salat Zwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden. Datteln halbieren, entkernen und vierteln. Essig, Zwiebeln, Datteln und eine Prise Salz in einer kleinen Schüssel mit den Händen vermengen. Die Mischung 20 Minuten ziehen lassen und danach in ein Sieb abgießen und die Flüssigkeit wegschütten.

Inzwischen die Butter mit der Hälfte des Öls in einer Pfanne erhitzen. Das Pitabrot in vier Zentimeter große Stücke reißen und mit den Mandeln hineingeben und unter ständigen Wenden fünf Minuten rösten, bis das Brot goldbraun und knusprig ist. Die Pfanne vom Herd nehmen, Sumach, Chiliflocken und ein Viertel Teelöffel Salz untermischen und beiseite stellen.

Die Spinatblätter unmittelbar vor dem Servieren waschen und in eine große Schüssel füllen. Zitrone mit einer Zitronenpresse auspressen. Die Pita-Mandel-Mischung, Datteln, Zwiebeln, das restliche Öl, Zitronensaft sowie eine Prise Salz zum Spinat geben und die Zutaten durchmischen. Noch einmal abschmecken.

Die Hühnerbrüste waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Öl in der Pfanne erhitzen und von beiden Seiten goldgelb anbraten. In Scheiben schneiden und über den Salat geben.

Den Spinatsalat mit gebratener Hähnchenbrust, Datteln und Mandeln auf Tellern anrichten und servieren.



## **Vorspeise: „Mit Flusskrebsschwänzen gefüllte Paprika“ von Ralph Morgenstern**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Paprika:*

10 g	Flusskrebsschwänze
75 ml	Krebsfarce
½	Stangensellerie
½	Karotte
½	Tomate
2	rote Paprikaschoten
50 g	Gruyérékäse
1 Zehen	Knoblauch
30 ml	Cognac
1 TL	Tomatenmark
1 Bund	Schnittlauch
75 g	Mascarpone
800 ml	Krebsfond oder Hummerfond
1 EL	Olivenöl
	Estragonblätter
	Meersalz, zum Abschmecken
	Kümmel, zum Abschmecken
	Cayennepfeffer, zum Abschmecken
	Butter, zum Verfeinern
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für den Krupuk:*

6	Krupuk-Rohlinge (Krupuk Udang)
	Pflanzenöl

#### *Für die Garnitur:*

2 Stangen	langer Schnittlauch
2	Scheren von größeren Krebsen
	Blattgold

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Karotte und Stangensellerie putzen und grob schneiden. Den Knoblauch abziehen und halbieren. Tomate waschen und ebenfalls halbieren. Den Estragon abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. In einer Kasserolle einen Schuss Olivenöl erhitzen, alles hin hinein geben und dünsten. Mit Cognac ablöschen. Den Krebs- oder Hummerfond zugießen, bis das Gemüse bedeckt ist.

Tomatenmark einrühren und mit Cayennepfeffer und Meersalz abschmecken. Die Mascarpone zugeben und nochmal köcheln lassen.



Die Flüssigkeit durch ein Sieb passieren und in einem Topf ein reduzieren lassen. Butter einrühren bis eine sämige Konsistenz erreicht ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Paprikaschoten putzen, entkernen und in vier etwa zwei Zentimeter breite Ringe schneiden. Diese auf einem Blech mit Backpapier im Ofen acht Minuten garen. Danach abkühlen lassen.

Die Krebschwänze mit der Krebsfarce vermischen. Diese Mischung in die Paprikaringe füllen. Den Käse in dünne Scheiben schneiden und die Paprikaringe mit einer Scheibe Käse bedecken.

Die gefüllten Paprikaringe nochmal auf einem Blech mit Backpapier zehn Minuten im Ofen garen.

Den Krupuk in einer Pfanne mit Pflanzenöl backen, bis die Rohlinge aufgehen. Anschließend in einer Schüssel mit Küchentüchern abtropfen lassen.

Die mit Flusskrebsschwänzen gefüllte Paprika auf Tellern anrichten und mit Blattgold und Schnittlauch garnieren und servieren.