



| Die Küchenschlacht – Überraschungsmenü vom 29. August 2008 |

Mandelhähnchen mit Vanille und Parmesangrieß von Horst Lichter

Zutaten für zwei Personen

2	Hähnchenbrüste, ohne Haut, à 150 g
200 g	Keniabohnen
90 g	Maisgrieß
1	Apfel, rot
1	Ei
1 Schote	Vanille
40 g	Mandeln, gehobelt
25 g	Parmesan
1 TL	Mehl
250 ml	Gemüsefond
3 EL	Butter
1 EL	Kräuterbutter
1 EL	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Hähnchenbrüste waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herauskratzen. Anschließend die Hähnchenbrüste mit dem Vanillemark einreiben. Das Ei zusammen mit dem Mehl aufschlagen, die Hähnchenbrüste darin wenden und in den Mandeln panieren. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Brüste darin vorsichtig anbraten. Anschließend im Backofen circa zehn bis zwölf Minuten fertig garen lassen.

Den Gemüsefond zum Kochen bringen, einen halben Esslöffel Butter und den Grieß einrühren und bei ständigem Umrühren zu einer festen Masse einkochen lassen. Den Parmesan reiben, unterheben und mit Salz und Pfeffer würzen. Ein Backblech mit eineinhalb Esslöffeln Butter einfetten, die Grießmasse darauf verteilen und auskühlen lassen. Die übrige Butter in einer Pfanne zerlassen, mit einer Plätzchenform acht Plätzchen vom Teig ausstechen und diese goldgelb ausbacken.

Gesalzenes Wasser zum Kochen bringen und die Bohnen bissfest blanchieren. Anschließend in der Kräuterbutter schwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Apfel halbieren, vom Kerngehäuse befreien, in Spalten schneiden und in der Grieß-Pfanne anbraten.

Die Bohnen und die Äpfel auf Tellern anrichten, jeweils eine Hähnchenbrust darauf setzen und mit vier Grießplätzchen pro Portion servieren.

Idee: Lichter



Mutzen mit Erdbeersauce von Horst Lichter

Zutaten für zwei Personen

250 g	Erdbeeren
1	Ei
250 g	Zucker
125 g	Mehl
50 g	Puderzucker
1 Päckchen	Vanillezucker
1 Msp.	Natron
125 g	Sahnequark
2 EL	Orangenlikör
2 EL	Rum
30 g	Butter
1,5 kg	Kokosfett, zum Frittieren

Zubereitung

Das Kokosfett in der Fritteuse auf 170 Grad erhitzen.

Die Erdbeeren vom Strunk befreien und fein schneiden. Anschließend mit dem Puderzucker und dem Likör in einem Topf vermischen, aufkochen lassen und einen Esslöffel Rum dazugeben. Die Erdbeersauce warm halten.

Die Butter mit dem Ei in einer Schüssel schaumig rühren, dabei nach und nach 75 Gramm Zucker und die Hälfte des Vanillezuckers einrieseln lassen. Anschließend den Quark hinzugeben und alles gut vermischen.

Das Mehl mit dem Natron vermengen und unter die Quarkmasse heben. So lange rühren, bis ein glatter Teig entsteht. Das Ganze mit dem restlichen Rum verfeinern.

Aus dem Teig mit zwei Esslöffeln kleine Nocken formen und im heißen Fett goldbraun ausbacken. Die Mutzen anschließend mit einem Schaumlöffel herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Den restlichen Zucker mit dem restlichen Vanillezucker vermischen, in einen tiefen Teller geben und die Mutzen darin wenden.

Die Erdbeersauce auf zwei Tellern verteilen und die Mutzen auf dem Saucenspiegel anrichten.

Idee: Lichter