



| Die Küchenschlacht – Hauptgang & Dessert vom 4. April 2013 |

Hauptgang: „Zander mit Korianderbutter, Erbsen und Kirschtomaten“ von Hans-Peter Gatzweiler

Zutaten für zwei Personen

2	Zanderfilets, à 200 g, ohne Haut
150 g	TK-Erbsen
150 g	Kirschtomaten
1	Schalotte
1	Knoblauchzehe
1	Zitrone
0,5 Bund	glatte Petersilie
	Butter, zum Anbraten
	gemahlener Koriander, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Fisch waschen und trocken tupfen. Die Filets der Länge nach halbieren und jede Hälfte in fünf Stücke teilen. Mit Salz würzen und mit etwas Zitronensaft beträufeln.

Die Schalotte abziehen und fein hacken. Etwas Butter in einem Topf erhitzen und die Schalotten anschwitzen. Die Erbsen dazugeben und mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken.

Die Petersilie zupfen und fein hacken. Die Kirschtomaten halbieren. Den Knoblauch abziehen und pressen. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und den Knoblauch hineingeben. Die Filetstücke in der Pfanne anbraten und mit Koriander würzen.

Die Petersilie und die Kirschtomaten unter die Erbsen geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Fisch mit der Butter und dem Gemüse auf Tellern anrichten und servieren.



Dessert: „Pfannküchlein mit glasierten Calvados-Äpfeln“ von Hans-Peter Gatzweiler

Zutaten für zwei Personen

150 g	Boskoop-Äpfel
1	Ei
1 EL	Rosinen
80 g	Mehl
35 g	Zucker
50 g	Butter
120 ml	Milch
2 EL	Apfelsaft
2 EL	Calvados
	Butter, zum Anbraten
	Salz, zum Abschmecken
	Puderzucker, zum Bestäuben

Zubereitung

25 Gramm Butter in einem Topf zerlassen. Das Mehl in eine Schüssel sieben und mit dem Ei, einer Prise Salz und der Milch zu der geschmolzenen Butter geben. 20 Gramm Zucker hinzugeben und gut vermengen.

Butter in einer Pfanne erhitzen und den Teig darin goldgelb backen.

Die Äpfel schälen, vierteln, entkernen und in Scheiben schneiden. Die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen und den verbliebenen Zucker darin karamellisieren. Die Apfelstücke und die Rosinen hineingeben. Mit dem Calvados und dem Apfelsaft auffüllen und einige Minuten einkochen lassen.

Den Pfannkuchen mit den Äpfeln und etwas Sauce auf Tellern anrichten und servieren.



Hauptgang: „Zanderfilet mit Blattspinat, Karottenpüree und Weißweinschaum“ von Christopher Nitschke

Zutaten für zwei Personen

2	Zanderfilets, mit Haut
100 g	Blattspinat
300 g	Karotten
3	Schalotten
2	Knoblauchzehen
50 g	Pinienkerne
1	Muskatnuss
100 ml	trockener Weißwein
50 ml	weißer Portwein
800 ml	Gemüsefond
200 ml	Sahne
1	Muskatnuss
	Meersalz
1 EL	Garam Masala (indische Gewürzmischung)
2 EL	brauner Zucker
	Butter, für die Pfanne
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 60 Grad Umluft vorheizen.

Die Karotten schälen und in kleine Scheiben schneiden. Eine Knoblauchzehe und eine Schalotte abziehen und fein würfeln. Die Zwiebel, den Knoblauch und die Karotten mit dem braunen Zucker in einem Topf anschwitzen. Die Gewürzmischung Garam Masala dazugeben. 500 Milliliter Gemüsefond und 100 Milliliter Sahne dazugeben und die Karotten gar kochen.

Eine weitere Schalotte abziehen und klein schneiden. Die Schalotte andünsten, mit dem Weißwein, dem weißen Portwein und 300 Milliliter Gemüsefond reduzieren. Anschließend 100 Milliliter Sahne aufgießen und abschmecken. Die Sauce abkühlen lassen. Danach einige Flocken Butter unter die Sauce rühren und schaumig schlagen.

Eine Knoblauchzehe und eine Schalotte abziehen. Den Spinat waschen. Eine kleine Flocke Butter in eine Pfanne geben, die Zwiebel und den Knoblauch andünsten, den Spinat dazugeben. Mit frisch geriebener Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Karotten abschütten und in einem neuen Topf pürieren. Mit dem Sud der Möhren verfeinern. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Zander waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne von beiden Seiten jeweils zwei Minuten anbraten. Anschließend in den Backofen geben und fertig garen.

Den Zander auf einem Teller anrichten. Den Spinat und zwei Nocken Karottenpüree anrichten. Mit dem Weißweinschaum garnieren und servieren.



Dessert: „Schokoladenkuchen auf Mangospiegel mit Himbeeren“ von Christopher Nitschke

Zutaten für zwei Personen

1	Mango
120 g	Zartbitter-Schokolade (Tafel)
120 g	weiße Schokolade (Tafel)
50 g	Himbeeren
4	Eier
1	Limette
250 g	Zucker
150 g	Butter
70g	Mehl
30 g	Kakaopulver
30 g	brauner Zucker
1	Vanilleschote

Zubereitung

Den Backofen auf 210 Grad Heißluft vorheizen.

120 Gramm Butter und die dunkle Schokolade in einem Topf schmelzen lassen. Dabei ständig umrühren. Anschließend die Eier und 150 Gramm Zucker dazugeben und alles zu einer cremigen Masse schlagen. Das Mehl und das Kakaopulver dazugeben. Den Teig in eine kleine, gefettete Form (circa 7,5 cm Durchmesser und circa 4 cm hoch) geben. Zuletzt ein Stück weiße Schokolade mittig in den Teig drücken.

Den Schokoladenkuchen ungefähr acht Minuten im vorgeheizten Backofen backen.

Die Mango schälen und mit zwei Esslöffeln Zucker in einem hohen Gefäß pürieren. Die Himbeeren abbrausen.

Den fertigen Schokoladenkuchen mit dem Mangopüree auf einem Teller anrichten und mit den frischen Himbeeren garnieren.



Hauptgang: „Forellenfilet mit Ingwer-Spinat, Süßkartoffeln und Petersilienwurzeln“ von Eva Rieglhofer

Zutaten für zwei Personen

2	Forellenfilets, à 200 Gramm, mit Haut
1	Petersilienwurzel
1	Süßkartoffel
200 g	frischer Blattspinat
1 Zweig	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
3	Knoblauchzehen
1	Zitrone
1	rote Zwiebel
1 Stück	Ingwer
2 EL	Sojasauce
2 EL	Sonnenblumenöl
1 EL	Sesamöl
50 g	Butter
	Mehl, zum Wenden
	Butterschmalz, zum Braten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Zwiebel und eine Knoblauchzehe abziehen und in feine Stücke schneiden. Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebel und den Knoblauch glasig darin dünsten. Den Blattspinat waschen und trocken tupfen. Den gewaschenen Spinat mit in die Pfanne geben. Den Ingwer schälen und mit der Vierkantreibe über den Spinat geben. Mit der Sojasauce, Salz, Pfeffer und etwas frisch geriebener Muskatnuss abschmecken.

Die Süßkartoffel und die Petersilienwurzel schälen. Beides in gleichgroße Stücke schneiden. Das Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Süßkartoffel und die Petersilienwurzel darin anbraten. Mit Salz würzen. Das Gemüse in einem Topf warm halten.

Die zweite Knoblauchzehe abziehen und in Scheiben schneiden. Rosmarin und Thymian zupfen.

Die Forellenfilets waschen und trocken tupfen. Die Filets auf der Hautseite mit einem scharfen Messer einschneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hautseite in Mehl wenden. Überschüssiges Mehl vorsichtig abklopfen. Eine Pfanne erhitzen. Die Forellenfilets in etwas Butterschmalz knusprig braten. Rosmarin, Thymian und Knoblauch mit in die Pfanne geben. Den Fisch wenden und fertig braten. Die Zitrone halbieren und den Fisch mit etwas Zitronensaft beträufeln. Zum Verfeinern ein Stück Butter dazugeben.

Das Forellenfilet mit dem Ingwerspinat, den Süßkartoffeln und den Petersilienwurzeln anrichten.



Dessert: „Palatschinken mit Erdbeerpüree“ von Eva Rieglhofer

Zutaten für zwei Personen

1 Schale	reife Erdbeeren (frisch)
100 g	Mehl
1	Ei
1	Vanilleschote
100 ml	Milch
100 ml	Mineralwasser
1	Zitrone
100 g	Puderzucker
1 cl	Waldhimbeergeist
250 ml	Sahne
1 Prise	Salz
	Sonnenblumenöl, zum Ausbacken in der Pfanne
	Zitronenmelisse, zum Garnieren

Zubereitung

Mineralwasser, Milch, Ei und Salz in einer Schüssel verquirlen. Das Mehl dazugeben und alles zu einem glatten Teig rühren. Etwas Öl in einer beschichteten, flachen Pfanne erhitzen. Eine Kelle des Teiges in die Pfanne geben und einen dünnen Pfannkuchen ausbacken.

Die Erdbeeren und die Himbeeren waschen und jeweils eine kleine Menge zur Seite legen. Die restlichen Erdbeeren und Himbeeren mit dem Puderzucker in einem hohen Gefäß cremig pürieren. Das Püree durch ein dünnes Sieb passieren. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Das Püree mit dem Himbeergeist und etwas Zitronensaft abschmecken.

Das Vanillemark aus der Vanilleschote kratzen. Die Sahne steif schlagen. Währenddessen Vanillemark und etwas Puderzucker zu der Sahne geben. Die Sahne unter die Früchtecreme heben. Die übrigen Erdbeeren würfeln und unter die Creme heben. Den Palatschinken mit der Früchtecreme füllen.

Den Palatschinken auf einem Teller anrichten. Mit den übrigen Früchten und der Zitronenmelisse garnieren und mit Puderzucker bestreuen.



Hauptgang: „Dill-Risotto mit Lachs und Gurkensalat“ von Sandy Braun

Zutaten für zwei Personen

200 g	Lachsfilet
150 g	Risotto-Reis
1	Gurke
2	Schalotten
1	Knoblauchzehe
2	Zitronen
1 Bund	Dill
4 Zweige	Thymian
500 ml	Weißwein
500 ml	Gemüsefond
2 EL	Crème fraîche
50 g	Butter
50 ml	Olivenöl, zum Anbraten
50 ml	Rapsöl
50 ml	Weißwein-Essig
	Salz, aus der Mühle
	Meersalz, zum Würzen
	Pfeffer, aus der Mühle
	Zucker, zum Abschmecken

Zubereitung

Den Gemüsefond in einem Topf erhitzen und auf kleiner Flamme stehen lassen. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden.

Das Olivenöl in einem Topf erhitzen. Schalotten und Knoblauch glasig dünsten. Den Risotto-Reis dazugeben und kurz mit dünsten. Den Reis mit dem Weißwein ablöschen und mit dem Fond auffüllen, bis der Reis knapp bedeckt ist. Bei mittlerer Hitze etwa 25 Minuten garen. Den restlichen Fond nach und nach auffüllen, dabei regelmäßig umrühren.

Die Dillspitzen abzupfen. Ein paar Dillspitzen separat zur Seite legen. Den einen Teil der Dillspitzen hacken und mit der Crème fraîche verrühren. Die Zitrone halbieren und den Saft einer halben Zitrone dazugeben.

Die Gurke schälen und durch den Spiralschäler drehen. Die Gurkenscheiben in einer Schüssel mit dem Rapsöl und Essig marinieren. Anschließend mit Salz, Pfeffer, Zucker und dem restlichen Dill abschmecken.

Die Dill-Crème-fraîche unter das Risotto rühren. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und etwas Zitronensaft abschmecken.

Den Lachs waschen und trocken tupfen. Den Lachs halbieren und quer in drei bis vier Zentimeter große Würfel schneiden. In einer beschichteten Pfanne etwas Olivenöl und Butter erhitzen. Die übrige Hälfte der Zitrone in Scheiben schneiden. Den Thymian zupfen. Die Lachs-Würfel mit den Zitronenscheiben und dem Thymian rundum bei mittlerer Hitze circa fünf Minuten braten. Den Lachs auf einen Teller geben und mit Meersalz und Pfeffer würzen.

Das Risotto mit dem Lachs und dem Gurkensalat auf einem Teller anrichten. Mit Dillspitzen garnieren.



Dessert: „Ricotta-Himbeer-Creme mit Nussflakes“ von Sandy Braun

Zutaten für zwei Personen

125 g	frische Himbeeren
50 g	Nussflakes
1 EL	Kokos-Chips
1 EL	Puderzucker
2 EL	Zucker
1 EL	Bourbon Vanillezucker
2 EL	Weißwein
100 g	Quark (20% Fett)
125 g	cremiger Ricotta
1	Zitrone

Zubereitung

Die Himbeeren in einem Sieb vorsichtig waschen. Die Zitrone waschen und die Schale abreiben. Die Himbeeren mit dem Puderzucker bestreuen und einziehen lassen. Ein Teelöffel Zitronenabrieb, Ricotta, Quark, Zucker und Vanillezucker vermischen und glatt rühren. Die gezuckerten Himbeeren pürieren und durch ein feines Sieb passieren. Mit dem Weißwein abschmecken. Die Ricotta-Creme in ein Glas geben und das Himbeer-Mus darauf verteilen.

Das Dessert bis zum Servieren kalt stellen.