



| Die Küchenschlacht – Vorspeise vom 3. September 2013 |

Vorspeise: „Filetsteak mit Rucolasalat und Bruschetta“ von Thomas Axmann

Zutaten für zwei Personen

2	Rinderfiletsteaks à 200 g
4 Scheiben	Weißbrot
5 Scheiben	Bacon
200 g	Parmesan
400 g	Rucola
2	Tomaten
2	rote Zwiebeln
2	Frühlingszwiebeln
1	Knoblauchzehe
1	unbehandelte Zitrone
50 g	Pinienkerne
2 Bund	Basilikum
	Butterschmalz, zum Anbraten
	Balsamicoessig, für das Dressing
	Olivenöl, zum Anbraten und für das Dressing
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 70 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Den Rucola waschen und trocken schleudern, die Hälfte des Parmesans reiben, die Zwiebeln abziehen und in feine Spalten schneiden, den Bacon klein schneiden. Eine Pfanne erwärmen und den Bacon bei mittlerer Hitze knusprig anbraten. Anschließend herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Etwas Olivenöl in die Pfanne geben, die Zwiebeln anbraten und nach drei Minuten die Hälfte der Pinienkerne hinzufügen. Alles zusammen über 200 Gramm des Rucolas geben und mit etwas Balsamico abschmecken.

Die Rinderfilets waschen und trocken tupfen. Eine Pfanne mit etwas Butterschmalz erhitzen und das Filet darin von beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und im Backofen durchziehen lassen

Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Für das Pesto den Knoblauch abziehen und grob hacken, das Basilikum zupfen und den restlichen Parmesan reiben. Alles zusammen mit dem restlichen Rucola und den restlichen Pinienkernen pürieren, anschließend mit etwas Olivenöl und Zitronensaft abschmecken. Das Pesto auf dem Weißbrot verteilen.

Die Tomaten häuten, entkernen und in Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln von den Enden befreien, die äußere Haut abziehen und in Ringe schneiden. Beides zusammen vermengen, mit Olivenöl abschmecken und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Filetsteak mit dem Rucolasalat und das Tomaten-Pesto-Bruschetta auf Tellern anrichten, mit dem Tomatensalat garnieren und servieren.



Vorspeise: „Zucchini-Suppe mit Fischklößchen und Rotbarsch-Spieß“ von Erika Plösser

Zutaten für zwei Personen

100 g	Lachsfilet, ohne Haut
100 g	Kabeljau, ohne Haut
50 g	Seeteufel, ohne Haut
250 g	Rotbarschfilet, ohne Haut
500 g	Zucchini
2	Zwiebeln
2	Knoblauchzehen
1	Ei
1 Bund	Schnittlauch
20 g	Butter
125 ml	Sahne
4 EL	Kondensmilch
375 ml	Gemüsefond
3 EL	Rapsöl
	Muskatnuss, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Die Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin glasig andünsten. Die Zucchini waschen, trocken tupfen, klein schneiden und zu der Zwiebel in den Topf geben. Alles mit dem Fond ablöschen und circa 15 Minuten einkochen lassen.

Den Lachs, den Kabeljau und den Seeteufel waschen, trocken tupfen und alles in Würfel schneiden. Die Fischwürfel zusammen mit dem Ei und der Kondensmilch in eine Schüssel geben und pürieren. Die Masse mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken und kurz kalt stellen.

Die eingekochten Zucchini pürieren, die Sahne einrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und aufkochen lassen. Den pürierten Fisch zu Klößchen formen. Die Klößchen für circa fünf Minuten in die kochende Suppe geben und darin ziehen lassen.

Den Rotbarsch waschen, trocken tupfen, in Würfel schneiden und von allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne mit dem Rapsöl erhitzen und die Fischwürfel darin von allen Seiten anbraten. Den angebratenen Fisch auf zwei Spieße stecken.

Die Suppe zusammen mit den Spießen auf einem Teller anrichten und servieren.



Vorspeise: „Gefüllte Kartoffel mit Cranberry-Chutney“ von Harald Axel Amelang

Zutaten für zwei Personen

100 g	Bauchspeck
2	große, mehlig kochende Kartoffeln
400 g	Cranberrys
100 g	grüne Oliven, entsteint
1 Stange	Lauch
2	Zwiebeln
2	rote Chilischoten
200 g	Ziegenfrischkäse
100 ml	Cranberrysaft
20 g	Butterschmalz
	Salz, aus der Mühle
	weißer Pfeffer, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln waschen und in einer ausreichenden Menge Salzwasser gar kochen lassen.

Den Speck fein würfeln. Die Lauchstange putzen, waschen, trocken tupfen und in feine Ringe schneiden. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Die Chilis waschen, trocken tupfen, die Kerne entfernen und ebenfalls fein würfeln.

Eine Pfanne erhitzen und den Speck darin kross anbraten. Die Oliven zusammen mit dem Lauch zugeben mitbraten. Jeweils die Hälfte der Zwiebeln und der Chili mit in die Pfanne geben, unterrühren und anbraten lassen. Die Masse mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken.

Die Kartoffeln abgießen, halbieren und alle Hälften leicht aushöhlen. Die Masse aus der Pfanne einfüllen und den Ziegenfrischkäse darüber verteilen. Die gefüllten Kartoffelhälften für circa fünf Minuten in den vorgeheizten Backofen geben.

Das Butterschmalz in einem Topf zerlassen und die restlichen Zwiebeln darin anschwitzen. Die Cranberrys sowie die restlichen Chilis dazugeben. Mit dem Cranberrysaft ablöschen und reduzieren lassen. Das Chutney abschließend pürieren.

Die Kartoffeln aus dem Ofen nehmen, zusammen mit dem Chutney auf einem Teller anrichten und servieren.



Vorspeise: „Gebratene Entenbrust mit karamellisierten Orangenfilets und Vogerlsalat“ von Martin Friedle

Zutaten für zwei Personen

2	Entenbrüste
200 g	Feldsalat
2	Orangen
1	Zitrone
100 g	Kürbiskerne
1	Knoblauchzehe
1 Zweig	Rosmarin
50 g	langer Pfeffer
2 EL	Zucker
4 EL	Olivenöl
3 EL	Balsamico, dunkel
	Meersalz, zum Abschmecken
	Butter, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Ober- / Unterhitze vorheizen.

Die Entenbrüste waschen, trocken tupfen und von überstehendem Fett befreien. Mit einem scharfen Messer die Haut rautenförmig einschneiden und mit Salz sowie langem Pfeffer würzen. Die Entenbrüste anschließend mit der Hautseite nach unten in eine kalte Pfanne legen und langsam erhitzen. Die Knoblauchzehe zerdrücken und zusammen mit dem Rosmarinzweig ebenfalls in die Pfanne geben und mitbraten lassen. Sobald die Hautseite knusprig angebraten und ausreichend Fett ausgetreten ist, das Fleisch wenden und die Fleischseite kurz scharf anbraten. Die Entenbrüste aus der Pfanne nehmen und im vorgeheizten Backofen ziehen lassen.

Eine weitere Pfanne ohne Öl erhitzen und die Kürbiskerne darin anrösten und zur Seite stellen. Die Orangen schälen und filetieren. Etwas Butter zusammen mit dem Zucker in einer Pfanne erhitzen und die Orangenfilets darin anschwitzen.

Den Feldsalat waschen und trocken schleudern. Die Zitrone halbieren und auspressen. Aus dem Olivenöl, dem Balsamico, dem Zitronensaft sowie einer Prise Salz das Salatdressing zusammenrühren. Das Dressing zusammen mit dem Salat in einer großen Schüssel vermengen. Die Kürbiskerne untermischen.

Die Entenbrüste aus dem Ofen nehmen, in Tranchen schneiden und zusammen mit dem Salat, sowie den Orangenfilets auf einem Teller anrichten und servieren.



Vorspeise: „Gurkensuppe mit Krabbeneinlage und Zucchini-Räucherlachs-Röllchen“ von Claudia Wulf

Zutaten für zwei Personen

400 g	geräucherter Lachs
250 g	Krabben lieber
250 g	Garnelen
1 kg	Gurken
2	kleine Zucchini
2	Äpfel, säuerlich
2 Bund	Lauchzwiebeln
1	Zitrone
125 g	Zwiebeln
1 Bund	Dill
1 Bund	Schnittlauch
250 ml	Sahne
1 TL	Senf
1 TL	Honig
3 EL	Rapsöl
	Schnittlauch, zum Garnieren
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Gurken schälen, längs halbieren, die Kerne entfernen und würfeln. Die Zwiebeln abziehen und fein hacken. Von dem Rapsöl zwei Esslöffel in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin glasig anschwitzen. Die Gurkenwürfel zugeben, salzen und circa 20 Minuten bei geringer Hitze garen.

Den Räucherlachs in kleine Würfel schneiden. Die Lauchzwiebeln putzen, waschen, trocken tupfen und in feine Ringe schneiden. Die Äpfel schälen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Die Zitrone halbieren, auspressen und den Saft über die Äpfel träufeln. Die Äpfel anschließend mit den Lauchzwiebeln sowie dem Lachs in einer Schüssel mischen. Den Honig zusammen mit dem Senf in die Lachsmischung geben und gut vermengen. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken und ziehen lassen.

Die Zucchini putzen, waschen, trocken tupfen und längs in dünne Scheiben schneiden. Das restliche Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Zucchinis Scheiben darin von beiden Seiten anbraten. Anschließend salzen, pfeffern und abkühlen lassen.

Den Schnittlauch waschen und trocken tupfen. Die Lachsmasse portionsweise auf die Zucchinistreifen geben, einrollen und jeweils mit etwas Schnittlauch verknoten.

Die geschmorten Gurken pürieren, die Sahne geben und gut verquirlen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, aufkochen lassen. Die Krabben in die Suppe geben und kurz ziehen lassen. Den Dill waschen, trocken tupfen, fein hacken und ebenfalls in die Suppe geben.

Die Suppe auf einem Teller anrichten. Die Röllchen daneben anrichten und beides servieren.