

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 28. November 2022** ▪
„Adventliches Leibgericht“ mit Robin Pietsch



Madeline Kain

Wolfsbarschfilet mit Nussbutter, Erbsenpüree und gebratenen Kartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für das Erbsenpüree:

400 g grüne TK-Erbesen
 6 getrocknete Tomaten in Öl eingelegt
 (ggf. mit Kräutern und Kapern)
 5 Schalotten
 2 Knoblauchzehen
 2 Zitronen
 1 Limette
 200 ml fette Schlagsahne
 150 g Butter
 200 ml Gemüsefond
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
 Eiswasser

Den Backofen auf 200 Grad Heißluft vorheizen.

Schalotten und Knoblauch abziehen und in feine Scheiben schneiden. Alles in einem Topf mit Butter anschwitzen. Getrocknete Tomaten schneiden und mit in der Pfanne anschwitzen. Zitronensaft und ein paar Erbsen dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Restliche Erbsen für das Püree 10 Minuten in Gemüsefond kochen und kräftig salzen. Anschließend in Eiswasser abschrecken.

Wenn die Erbsen fertig gekocht sind, abgießen und Butter, etwas Sahne, Limettenabrieb, Muskat und Salz dazugeben, pürieren und erneut abschmecken. Getrocknete Tomaten separat anrichten.

Für den Fisch:

500 g Wolfsbarschfilet, mit Haut
 1 Bund Dill
 2 Zweige Rosmarin
 2 Zweige Minze
 Gemahlener Piment, zum Würzen
 Mehl, zum Mehlieren
 Olivenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fisch abwaschen, abtupfen, würzen und mehlieren. Fisch mit Öl in der Pfanne braten. Kräuter dazugeben.



Laut WWF ist nur **Wolfsbarsch** aus dem Nordostatlantik FAO 27: Nordsee (4.b-c), Irische See (7.a), Ärmelkanal und Keltische See (7.d-h) und Nördliche und mittlere Biskaya (8.a-b) zu empfehlen. Er sollte im Wildfang mit Handleinen und Angelleinen gefischt werden.

Für die Nussbutter:

1 EL Butter
 1 Knoblauchzehe
 1 Zweig Rosmarin
 1 Prise Salz

Butter in einer Pfanne bräunen, Rosmarin, angedrückte Knoblauchzehe und Salz hinzufügen und am Ende über den Fisch geben.

Für die Kartoffeln: Kartoffeln schälen, vierteln und ca. 20 Minuten im gesalzenem Wasser kochen. Anschließend Kartoffeln in einer Pfanne mit Butter goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

3 große festkochende Kartoffeln
1 TL Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Dill über das Gericht streuen bzw. mit ein paar Zweigen dekorieren.

2 Zweige Dill

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Stefan Florian

Zander auf Berglinsen mit Frühlingszwiebeln und Chip vom Südtiroler Speck

Zutaten für zwei Personen

Für die Linsen:

150 g Berglinsen
 1 große festkochende Kartoffel
 1 Karotte
 1 Knollensellerie
 1 Frühlingszwiebel
 1 Gemüsezwiebel
 2 Knoblauchzehen
 1 Stück Ingwer
 1 Zitrone
 80 ml trockener Rotwein
 500 ml Geflügelfond
 2 TL Rotweinessig
 1-2 EL Aceto Balsamico
 1 EL Tomatenmark
 1 EL Rapsöl
 1 Bund glatte Petersilie
 1 Zweig Thymian
 1 Lorbeerblatt
 1 TL brauner Zucker
 ½ TL Ras el-Hanout
 1 TL Chilisalز
 Salz, aus der Mühle

Die Linsen waschen und in einem Sieb abtropfen lassen.

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Kartoffel schälen und abwaschen. Kartoffel und Karotte in Würfel schneiden, Sellerie putzen und klein schneiden. Alles in einen Topf geben und mit Öl und braunem Zucker andünsten. Tomatenmark zugeben und kurz anrösten. Mit Rotwein ablöschen. Linsen zugeben, verrühren und Fond angießen. 20-30 Minuten köcheln lassen.

Nach 15 Minuten Lorbeerblatt, Knoblauch, Ingwer, Thymian und Zitronenschale hinzufügen (vor dem Servieren wieder entfernen). Zuletzt Frühlingszwiebeln in Ringen zugeben und anschließend mit Chilisalز, Ras el-Hanout, Balsamico und Essig abschmecken. Die gehackte Petersilie untermischen.

Für den Fisch:

250 g Zanderfilet, küchenfertig, mit Haut
 6 EL Roggenmehl
 1 EL Rapsöl
 1 TL Butter
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zanderfilet waschen, trockentupfen und in zwei gleich große Stücke schneiden, anschließend die Hautseite mehlieren. Öl in der Pfanne erhitzen, Filets darin auf der Hautseite 3-4 Minuten kross anbraten und Butter zugeben. Fisch wenden und Pfanne vom Herd nehmen. In der Resthitze glasig durchziehen lassen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen.



Laut WWF ist **Zander** aus folgenden Gebieten zu empfehlen:

- 1. Wahl: Dänemark, Deutschland, Niederlande (Aquakultur: geschlossene Kreislaufanlage) oder Peipsi See (Estland/Russland), (Wildfang: Stellnetze-Kiemennetze) oder Binnengewässer: Schweiz (Wildfang: Handleinen-Angelleinen).

Für die Garnitur:

2 dünne Scheiben Südtiroler Speck
 4 kleine Frühlingszwiebeln
 1 EL Butter
 1 EL Limonenöl
 Salz, aus der Mühle

Speckscheiben in der Pfanne bei milder Hitze krossbraten.

Frühlingszwiebeln putzen, waschen und das Dunkelgrün abschneiden. In kochendem Salzwasser bissfest garen. In einer kleinen Pfanne die Butter erhitzen und die Zwiebeln darin schwenken. Limonenöl am Ende über den Fisch träufeln.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Luisa Lukasczyk

Pilz-Risotto mit pochiertem Ei, Belper Knolle und brauner „Weihnachtsbutter“

Zutaten für zwei Personen

Für das Pilz-Risotto:

150 g Carnaroli-Reis
200 g braune Nusschampignons
100 g Steinpilze
200 g Kräuterseitlinge
2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
350 ml Pilzfond
100 ml Gemüsefond
50 ml Weißwein
50 g Parmesan
50 g Butter
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Pilzfond und etwas Gemüsefond in einem Topf erwärmen. Schalotten und den Knoblauch abziehen und feinhacken. Champignons und Steinpilze putzen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einem weiteren Topf erhitzen und Schalotten und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Pilze dazugeben und anschwitzen. Reis dazugeben und ebenfalls anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und reduzieren lassen. Nach und nach mit dem warmen Pilzfond aufgießen, bis der Reis nach ca. 20 Minuten al dente ist. In der Zwischenzeit Parmesan fein reiben. Nach der Garzeit Butter und Parmesan hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kräuterseitlinge gitterartig einritzen und in einer Pfanne mit Butter goldgelb anbraten und als Garnitur beiseitelegen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das pochierte Ei:

2 Eier
20 ml Essig
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Wasser in einem großen Topf erhitzen und den Essig dazugeben. Eier darin vorsichtig pochieren, bis sie innen noch flüssig sind. Herausnehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die braune „Weihnachtsbutter“:

100 g Butter
1 Orange
1 Knoblauchzehe
1 Zweig Rosmarin
30 g Walnüsse
1 Sternanis
1 Prise Zimt
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Walnüsse hacken und in einer Pfanne anrösten. Butter in einer weiteren Pfanne zerlassen und langsam braun werden lassen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und zu der Butter geben. Orange heiß waschen, Schale abreiben und diese ebenfalls hinzufügen. Sternanis und angedrückte Knoblauchzehe hinzufügen. Mit Salz, Zimt und Pfeffer würzen. Aromatisierte Butter durch ein Sieb geben und abschließend die Walnüsse hinzufügen. Aromatisierte Butter über das fertig angerichtete Risotto geben.

Für die Garnitur:

1 Belper Knolle
100 g Pflücksalat
50 ml Olivenöl
50 ml Weißweinessig
1 Spritzer Orangensaft
1 Prise Zucker
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer

Belper Knolle hobeln. Salat waschen und trockenschleudern. Salat mit Olivenöl, Weißweinessig, Orangensaft, Zucker, Salz und Pfeffer anmachen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und mit der gehobelten Belper Knolle, den gebratenen Kräuterseitlingen und dem Salat garnieren und servieren.



Pepe

Rosa gebratenes Rinderfilet mit Vanille-Blumenkohl-Püree, gepfeffertes Sauerkirsch-Marmelade und Kartoffelnest

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch:

200 g Rinderfilet
150 g Butter
1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian
Neutrales Öl, zum Braten
½ Tonkabohne
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 95 Grad Heißluft vorheizen.

Filet von beiden Seiten in Öl scharf anbraten und im vorgeheizten Ofen auf die Kerntemperatur von 56 Grad bringen.

Butter in einem kleinen Topf auf mittlerer Stufe erhitzen, bis die Butter Bläschen bildet. Mit einem Schneebesen verrühren. Wenn sich kleine Brösel am Boden bilden und diese eine schöne haselnussbraune Farbe bekommen, den Topf vom Herd nehmen und die flüssige Butter sofort in einen zweiten Topf geben. Je nach Geschmack die braune Butter durch ein Passiertuch geben. Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Tonkabohne am Stück und Kräuter in die Nussbutter geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch darin vor dem Servieren noch kurz schwenken.

Für den Blumenkohl:

½ Blumenkohl
300 ml Gemüsefond
250 g Butter
1 Vanilleschote
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Blumenkohl in kleine Röschen zerteilen und in einem Topf mit ausreichend Gemüsefond weichkochen. Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herauskratzen. Blumenkohl abgießen und mit Butter pürieren. Mit dem Vanillemark, Muskat, Salz und Pfeffer verfeinern.

Für die Marmelade:

150 g TK-Sauerkirschen
100 ml Rotwein
Balsamico, zum Ablöschen
1 Zweig Rosmarin
1 TL eingelegte grüne Pfefferkörner im Glas
100 g Gelierzucker
Zucker, zum Abschmecken

Sauerkirschen in einem Kochtopf erhitzen. Die eingelegten Pfefferkörner sowie Rosmarin dazugeben und mit einem Schuss Balsamicoessig ablöschen. Rotwein hinzufügen und mit dem Gelierzucker zu einer Marmelade einkochen lassen. Mit Zucker abschmecken.

Für das Kartoffelnest:

1 festkochende Kartoffel
Öl, zum Ausbacken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffel schälen und in feine Späne hobeln. Kartoffelspäne in einer heißen Pfanne mit ausreichend Öl oder in einer Fritteuse ausbacken. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und würzen.

Das Püree in einem Halbkreis auf den Tellern anrichten und das Filet daraufsetzen. Die Marmelade seitlich neben dem Püree verteilen. Die Kartoffelnest als Garnitur anrichten und servieren.



Pati Keilwerth

Wurzelgemüse mit Grünkohlsauce, Hasselback-Kartoffeln und Tempeh

Zutaten für zwei Personen

Für das Gemüse:

5 zarte Karotten in orange, gelb, violett
 4 zarte Petersilienwurzeln
 4 kleine frische Rote Bete
 2 Zwiebeln
 10 Zweige Thymian
 1 EL Honig
 100 ml Rapsöl
 100 ml Olivenöl
 Puderzucker, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Kartoffeln:

6 festkochende Kartoffeln, ca. 4x3 cm
 1 TL Honig
 1 EL mittelscharfen Senf
 6 Zweige Thymian
 Rapsöl, zum Marinieren
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Sauce:

Ca. 10 Blätter Grünkohl
 1-2 TL Miso-Paste
 1 Zitrone
 Olivenöl
 1 TL Salz

Für den Tempeh:

1 Tempeh aus schwarzen Bohnen
 Sojasauce, zum Ablöschen
 Rapsöl, zum Braten

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Rote Bete waschen, ggf. bürsten und in ca. 0,5 cm dicke Scheiben oder Sticks schneiden. Karotten und Petersilienwurzel putzen, waschen, ggf. bürsten und längs halbieren (möglichst kleine, zarte Exemplare verwenden). Zwiebeln abziehen und in breite Ringe schneiden. Thymian abbrausen, trockenwedeln und die Blättchen abzupfen. Gemüse in einer Schüssel mit Rapsöl, Olivenöl, Salz, Honig, Puderzucker und Pfeffer sowie dem Thymian mischen. Dann auf einem Backblech verteilen und für ca. 25 Minuten im Backofen garen. Bei Bedarf nachwürzen. Das Gemüse noch warm servieren. Bei wenig Zeit wie in der Küchenschlacht das Gemüse und die Kartoffeln im Dampfgarer ca. 10 Minuten garen.

Kleine Kartoffeln aussuchen, waschen und bürsten.

Kartoffeln zwischen zwei Stäbchen legen und von oben nach unten einschneiden, sodass sie unten noch zusammenhalten.

Marinade aus Öl, Thymian, Honig und Senf herstellen und Kartoffeln damit bestreichen – auch in den Zwischenräumen. Mit Salz und Pfeffer würzen und im Ofen bei 180 Grad ca. 30 Minuten garen.

In einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen, dann Salz zugeben. Grünkohlblätter von den Stängeln zupfen. Grünkohlblätter im kochenden Wasser ca. 2 Minuten blanchieren.

Blanchierte Grünkohlblätter im Mixer mit Olivenöl, Zitronensaft und Abrieb der Zitronenschale sowie Misopaste fein mixen.

Tempeh in Scheiben schneiden und in der Pfanne mit Rapsöl von allen Seiten anbraten. Eventuell mit Sojasauce ablöschen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Maurice Ochs

Rehrücken mit Rotwein-Birnen, Spätzle und Portweinsauce

Zutaten für zwei Personen

Für den Rehrücken:

600 g Rehrücken
2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian
2 Gewürznelken
6 EL Olivenöl
Neutrales Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Rehrücken in zwei Stücke schneiden. Rehrücken mit Kräutern, Gewürznelken und etwas Olivenöl vakuumieren. Sous-Vide-Gerät auf 55-60 Grad erhitzen. Fleisch im Beutel für ca. 20-25 Minuten Sous Vide garen. Anschließend trockentupfen mit Salz und Pfeffer würzen und in der Pfanne kurz rundherum in neutralem Öl scharf anbraten.

Aus der Pfanne nehmen, in Scheiben schneiden und servieren.

Für die Rotwein-Birnen:

2 Birnen
1 Zitrone
300 ml trockener Rotwein
200 g Zucker
2 Gewürznelken
2 EL Zimt

Birnen schälen und mit Hilfe eines Kugelausstechers kleine Kugeln aushöhlen. Rotwein, Zucker und Gewürze kurz aufkochen lassen. Birnenkugeln ca. 15 Minuten darin garen. Kurz abkühlen lassen. Vor dem Servieren nochmal kurz aufkochen, Zitronenabrieb hinzugeben und im Anschluss abtropfen lassen.

Für die Spätzle:

200 g Mehl
2 Eier
3 Zweige glatte Petersilie
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Mehl in eine Schüssel geben und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Petersilienblättchen von den Zweigen zupfen, fein hacken und zum Mehl geben. In der Mitte des Mehls eine kleine Kuhle formen und die Eier mit etwas Wasser dort hineingeben. Alle Zutaten langsam schlagen, bis sich kleine Bläschen bilden. Spätzleteig ca. 10 Minuten ruhen lassen. In der Zwischenzeit einen größeren Topf mit reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Nun den Teig auf ein Spätzlebrett dünn auftragen und mit einem Spätzleschaber schmale „Streifen“ in das Salzwasser schaben. Spätzle kurz kochen lassen, bis sie an die Wasseroberfläche steigen und dann mit einem Sieb oder einem Schöpflöffel aus dem Wasser heben. So weitermachen, bis der gesamte Teig verbraucht ist.

Für die Portweinsauce:

2 Schalotten
1 L Kalbsfond
100 ml Portwein
1 Schuss Rotwein
1 Zweig Thymian
3 EL Speisestärke
1 Stück Butter
1 EL Tomatenmark
2 EL brauner Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotten abziehen, klein schneiden und in etwas Butter anschwitzen. Zucker und Tomatenmark dazugeben, karamellisieren lassen, mit Rotwein und Portwein ablöschen und mit Kalbsfond auffüllen. Thymian abbrausen, trockenwedeln und dazugeben. Sauce solange reduzieren lassen, bis die Sauce kräftig genug schmeckt. Dann passieren. Mit etwas Stärke binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.