

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 03. Juni 2020 ▪
“Saucenkönig(in)“ mit Alfons Schuhbeck



Johann Lafer

Frankfurter Grüne Sauce mit gebackenem Ei und Thunfisch-Tatar

Zutaten für zwei Personen

Für den Thunfisch:

350 g Thunfischfilet, ohne Haut
2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
¼ rote Chilischote
½ Limette
25 ml helle Sojasauce
25 ml Olivenöl
¼ Bund Koriandergrün
Neutrales Öl, zum Einfetten
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Den Thunfisch waschen, trockentupfen und 20 Minuten in das Gefrierfach legen. In der Zwischenzeit Schalotten und Knoblauch abziehen und fein würfeln. In kochendem Wasser einige Sekunden blanchieren, dann in einem Sieb gut abtropfen lassen. Limette heiß abspülen und trockentupfen. Schale einer Hälfte abreiben und den Saft auspressen. Chilischote waschen, trockentupfen, der Länge nach aufschneiden, entkernen und ein Viertel fein hacken. Thunfischfilet in sehr feine Würfel schneiden und in eine gekühlte Schüssel geben. Thunfisch mit Limettenabrieb- und saft, Schalotten, Knoblauch, Chiliwürfel, Sojasauce und Olivenöl vermischen und kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Einige Korianderblätter zur Seite legen, die übrigen abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und unter das Tatar mischen. Einen Metallring von 6-8 cm Durchmesser innen mit Öl einstreichen, Tatar hineingeben, glattstreichen und den Ring abziehen. Mit den Korianderblättchen und der Marinade vom Thunfisch garnieren.

Für die Grüne Sauce:

¼ Zitrone
3 Eier, Größe L
100 g Schmand
1 TL scharfer Senf
20 ml Weißwein
20 ml Weißweinessig
100 g gemischte Frankfurter Kräuter
(Petersilie, Kerbel, Schnittlauch, Kresse,
Pimpinelle, Borretsch, Sauerampfer)
75 ml neutrales Pflanzenöl
1 Prise Zucker
Cayennepfeffer, zum Würzen
Chili, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle

Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen.

Ei trennen und Eigelb auffangen. Eigelb mit Senf, sowie einer Prise Salz und Cayennepfeffer in eine große Schüssel geben und mit einem Schneebesen verrühren. Das Öl zunächst tröpfchenweise unter die Eigelb-Senf-Masse schlagen, dann in einem dünnen Strahl dazu gießen und alles zu einer dick-cremigen Mayonnaise aufschlagen. Kräuter abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und hacken. Kurz in Salzwasser blanchieren. Dann gut abtropfen lassen. 2/3 davon zu der Mayonnaise in die Schüssel geben, Schmand zufügen und mit einem Pürierstab fein mixen. Mit Chili würzen. Zitrone halbieren, auspressen und Saft einer Viertel Zitrone auffangen. Grüne Sauce mit Salz, Cayennepfeffer und Zitronensaft abschmecken. Die Hälfte von den restlichen Kräutern unter die Sauce rühren. Die andere Hälfte mit etwas Weißwein und Weißweinessig reduzieren lassen und salzen. Fein pürieren und durch ein Sieb streichen. Die restlichen zwei Eier in ca. 8 Minuten hart kochen. Anschließend kalt abschrecken, pellen, hacken und unter die Grüne Sauce mischen. Sauce bis zur Verwendung kalt stellen.

Für das gebackene Ei: Ein Ei trennen und das Eiweiß verquirlen. Haselnüsse und Semmelbrösel vermischen. Die zwei anderen Eier 5 Minuten in kochendem Wasser garen, anschließend kalt abschrecken und vorsichtig pellen. Gegarte Eier salzen, dann in Mehl wenden und durch das verquirlte Ei ziehen. Danach in der Semmelbrösel-Haselnuss-Masse panieren, in heißem Öl kurz goldbraun und knusprig ausbacken. Gebackene Eier auf Küchenpapier abtropfen lassen. Eier vorsichtig halbieren und salzen.

3 Eier, Größe L
100 g gehackte Haselnüsse
50 g Semmelbrösel
300 ml Pflanzenöl
Mehl, zum Wenden
Salz, aus der Mühle



**PROFI
TIPP**

Legen Sie die Eier 15 Minuten vor dem Kochen in warmes Wasser. So platzen sie beim Kochen nicht auf.

Für die Garnitur: Limette unter heißem Wasser abspülen, trockentupfen, Schale abreiben und Gericht damit garnieren.

1 Limette

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Cornelia Poletto

Lackierte Lammkoteletts mit Erbsen-Minz-Casserole und Zitronen-Zabaione

Zutaten für zwei Personen

Für das Lamm:

1 pariertes Lammkarree
1 Knoblauchzehe
2 EL kalte Butter
4 Zweige Rosmarin
4 Zweige Thymian
4 Zweige Estragon
4 Zweige glatte Petersilie
400 ml Lammfond
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 160 Grad Heißluft vorheizen.

Rosmarin, Estragon, Petersilie und Thymian abrausen, trockenwedeln und feinhacken. Lammkarrees komplett vom Fett befreien, abrausen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch abziehen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Lamm von allen Seiten darin anbraten. Rosmarin, Thymian und Knoblauch als Aromaten dazugeben. Anschließend das Lamm mit allen Kräutern und Knoblauch bedecken und im vorgeheizten Ofen ca. 10-15 Minuten garen. Butter in Würfel schneiden. Lammfond in die Pfanne vom Lamm geben, um die Hälfte einkochen lassen und mit kalten Butterwürfeln aufmontieren. Lammkarrees aus dem Ofen nehmen, mit Sauce „lackieren“ und mit Kräutern bestreuen.

Für das Gemüse:

100 g frische Erbsen
100 g Zuckerschoten
100 g Frühlingslauch
1 Tomate
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
2 Zweige Minze
2 Zweige Petersilie
50 g Butter, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Eiswasser

Frühlingslauch und Zuckerschoten putzen, von Enden befreien und klein schneiden. Zuckerschoten und Erbsen in Salzwasser al dente blanchieren. In Eiswasser abschrecken. Tomate waschen, trockentupfen und in Streifen schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden. Butter in einer Wokpfanne erhitzen, die Schalotten und Knoblauchwürfel kurz darin anschwitzen. Frühlingslauch zugeben und mit anbraten. Zuckerschoten, Tomatenstreifen und Erbsen hinzugeben und alles erhitzen. Minze und Petersilie abrausen, trockenwedeln und feinhacken. Gemüse mit Salz, Pfeffer und fein geschnittener Petersilie und Minze abschmecken.

Für die Zitronen-Zabaione:

1 Schalotte
2 Zitronen
4 Eier (Eigelbe)
100 g Butter
100 ml Weißwein
1 EL weißen Balsamicoessig
Salz, aus der Mühle
4 weiße Pfefferkörner

Pfeffer im Mörser zerstoßen. Schalotte abziehen und feinschneiden. Weißwein mit Essig, Pfeffer und der Schalotte in einem Topf aufkochen lassen. Alles um die Hälfte reduzieren lassen und durch ein Sieb in eine runde Metallschüssel passieren. Butter in einem Topf schmelzen lassen und köcheln lassen, bis sie „klar“ ist. Butter durch ein feines Sieb gießen und abkühlen lassen.

Zitronen waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Zitronen halbieren, auspressen und Saft auffangen. Eier trennen und Eigelbe in die Reduktion rühren. Die Schüssel auf ein Wasserbad stellen und die Eier aufschlagen, bis diese durch die Hitze anfangen schaumig zu werden und zu binden. Die warme Butter zuerst tropfenweise, dann im dünnen Strahl unter ständigen schlagen einrühren. Sauce mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft- und abrieb abschmecken und sofort servieren.



**PROFI
TIPP**

Bei einer Zabaione ist es wichtig, dass Luft reingeschlagen wird, um „Leichtigkeit“ reinzubringen. Wenn die Zabaione zu dicklich wird, etwas Mineralwasser dazugeben.

Gemüse auf Tellern anrichten, die Lammkarrees aufschneiden und auf das Gemüse setzen und die Zitronen-Zabaione dazu anrichten und servieren.



Ali Güngörmüs

Gebackene Zwiebel mit Peperonata-Gemüse und Barbecue-Hollandaise

Zutaten für zwei Personen



Die Zwiebel abziehen, achteln und über Nacht in kaltes Wasser einlegen und in den Kühlschrank legen. Dadurch öffnet sie sich etwas.

Für die Zwiebel:

2 weiße Gemüsezwiebeln
2 Eier
50 g Pankomehl
3 Lorbeerblätter
50 g Weizenmehl
1 EL Zucker
Neutrales Öl, zum Frittieren
Chiliflocken, zum Würzen
Salz, aus der Mühle
5 schwarze Pfefferkörner
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Backofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Zwiebeln abziehen und zum Strunk in 8 Teile schneiden, sodass der Strunk die Zwiebel zusammenhält. Lorbeerblätter abzupfen und Zwiebeln zusammen mit Lorbeerblättern, Zucker, Salz und Pfefferkörnern ca. 15 Minuten in Wasser in einem Topf kochen. Zwiebeln herausnehmen und im Ofen ca. 3-5 Minuten trocknen. Eine Panierstraße aus Eiern, Panko- und Weizenmehl erstellen. Zwiebeln erst im Mehl, dann in Eiern und zuletzt im Pankomehl panieren und im heißen Fett in einem Topf oder einer Fritteuse goldgelb backen. Abschließend mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken würzen.

Für das Peperonata-Gemüse:

1 Zucchini
1 rote Paprika
1 gelbe Paprika
1 Aubergine
150 g Fleischtomaten
1 Peperoncini
2 Knoblauchzehen
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
1 EL Butter, zum Anbraten
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zucchini von Enden befreien, waschen, trockentupfen und ganz fein würfeln. Beide Paprika von Strunk, Scheidewänden und Kernen befreien, schälen und in feine Würfel schneiden. Aubergine von Stiel- und Blütenansatz befreien und ebenfalls würfeln. Peperoncini klein schneiden. Tomaten blanchieren, häuten, entkernen und in Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und klein hacken. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Olivenöl und Butter in einer Pfanne erhitzen, Paprika und Aubergine dazugeben und nach ca. 2 Minuten Zucchini, Tomaten, Peperoncini, Thymian, Rosmarin und Knoblauch hineingeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Barbecue-Hollandaise:

1 Orange
1 Schalotte
3 Eier
250 g Butter
50 ml Barbecue-Sauce
300 ml Weißwein
1 Lorbeerblatt
1 Prise Zucker
6 schwarze Pfefferkörner

Butter in einen Topf geben und bei mittlerer Hitze so lange erhitzen, bis sich die Molke am Topfboden abgesetzt hat und leicht bräunlich ist. Butter durch ein feines Sieb gießen. Schalotte abziehen und grob würfeln. Lorbeerblatt abzupfen. Weißwein mit Pfefferkörnern, Zucker, Lorbeerblatt und Schalotten in einem Topf aufkochen und auf ca. 60 ml einkochen lassen. Danach die Reduktion durch ein Sieb passieren. Eier trennen und Eigelbe mit der Reduktion über einem Wasserbad heiß und schaumig aufschlagen. Orange unter heißem Wasser abspülen, trockentupfen und Schale abreiben. Hollandaise mit Orangenabrieb abschmecken. Lauwarme Butter langsam in einem dünnen Strahl in den Ei-Schaum rühren. Zum Schluss die Hollandaise mit Barbecue-Sauce abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren

▪ **Die Kitchenschlacht – Menü am 03. Juni 2020** ▪
Zusatzgericht von Alfons Schuhbeck



Gemüsesticks mit Limetten-Kräuter-Dip

Zutaten für zwei Personen

Für die Gemüse-Sticks:

- ½ Gurke
- 2 Stangen Staudensellerie
- 1-2 Karotten
- 1 rote Paprikaschote
- 1 gelbe Paprikaschote

Die Gurke waschen, trockentupfen, von Enden befreien, längs halbieren und die Kerne entfernen. Selleriestangen waschen und trockentupfen. Karotten schälen und von Enden befreien. Paprikaschoten waschen, trockentupfen, halbieren und von Kernen und Scheidewänden befreien. Alle Gemüsesorten in etwa 8 cm lange Sticks schneiden

Für den Dip:

- 1 Limette
- 1 Zitrone
- 1 Knoblauchzehe
- 6 cm Ingwer
- 100 g griechischer Joghurt, 10 %
- 2 EL Milch
- 4 Zweige Petersilie
- 4 Zweige Kerbel
- 1 Prise Zucker
- Mildes Chilisalز

Knoblauch abziehen und reiben. Ingwer reiben. Limette und Zitrone waschen, trockentupfen, Schale abreiben, Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Kerbel und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Den Joghurt mit der Milch verrühren und mit einigen Tropfen Limettensaft, Limettenabrieb, Zitronenabrieb, Kerbel, Petersilie, Ingwer, Knoblauch sowie Chilisalز und einer Prise Zucker würzen und gut vermischen.

Die Gemüse-Sticks in Gläsern anrichten und den Dip in einem Schälchen daneben stellen. Das Gericht servieren.