

▪ **Die Küchenschlacht - Menü am 25. Juni 2020 - ChampionsWeek** ▪
Warenkorb „Lammrücken, Polenta (Instant), Artischocken“ mit Nelson Müller



Carina Mayer-Pendl

Marinierter Lammlachs mit cremiger Polenta, karamellisierten Oliven, Petersilien-Minz-Öl und Artischocke

Zutaten für zwei Personen

Für die Polenta:

70 g instant Polenta
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone
300 ml Milch
200 ml Sahne
30 g Butter
40 g Parmesan, 2 EL
200 ml Gemüsefond
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
1 Lorbeerblatt
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Knoblauch abziehen. Milch mit 300 ml Wasser, Knoblauch, Rosmarin, Thymian und Lorbeer aufkochen. Polenta einrühren und unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze eine Minute kochen. Bei kleinster Hitze zugedeckt unter gelegentlichem Rühren mit einem Kochlöffel 20 Minuten quellen lassen.

Knoblauch und Lorbeerblatt entfernen. Zitrone waschen, trockentupfen und Zitronenschale abreiben. Parmesan reiben. Butter und Parmesan kräftig unterrühren. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen und je nach Belieben mit Zitronenabrieb abschmecken.

Für das Petersilien-Minz-Öl:

1 Limette
200 ml Sonnenblumenöl
1 Bund Petersilie
1 Bund Minze
Salz, aus der Mühle

Petersilie und Minze abbrausen und trockenwedeln.

Petersilien- und Minzblättchen von den Stängeln zupfen, in ein schmales Gefäß einfüllen und etwas Salz darüber streuen. Limette abbrausen, trockentupfen, Schale abreiben, Limette halbieren und von einer Hälfte den Saft ausdrücken. Limettensaft und Öl in den Behälter geben und mit einem Stabmixer pürieren. Die Masse anschließend durch ein feines Sieb geben und das Öl abtropfen lassen.

Für den Lammlachs:

2 Lammlachse
1 Schalotte
2 Knoblauchzehen
1 Zitrone
50 g eiskalte Butter
1 TL Honig
200 ml Rotwein
200 ml Rinderfond
100 ml Ouzo
2 Zweige Thymian
1 Zweig Rosmarin
Neutrales Öl, zum Braten
2 EL Zucker
Salz, aus der Mühle

Für die Marinade den Ouzo mit dem Saft einer halben Zitrone sowie Salz und Pfeffer mischen. Lammlachs in die Marinade legen und 15 Minuten ziehen lassen. Anschließend Lammlachs abtropfen und in einer Grillpfanne hoch erhitzen. Knoblauch und Schalotte abziehen und kleinhacken. 1 Zweig Thymian, Rosmarin und Knoblauch sowie eine halbe Schalotte in die Pfanne geben. Von jeder Seite ca. eine Minute scharf anbraten. In Alufolie wickeln, mit Rosmarin, Knoblauchzehe und Thymian bedecken und im Ofen bei 80 Grad Ober- und Unterhitze ziehen lassen. Nach 15 Minuten oder bei der Kerntemperatur von 58 Grad herausnehmen und noch 4-5 Minuten ruhen lassen.

Rosmarienzweige, Thymian, Zwiebel und Knoblauch aus der Pfanne nehmen. Bratensud mit Zucker bestäuben, karamellisieren lassen und mit dem Rotwein ablöschen und einreduzieren lassen. Rinderfond angießen, noch einmal einreduzieren lassen und die beiden eiskalten Butterstücke einschmelzen lassen. Mit Honig, Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen.

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Artischocke:

2 Artischocken

2 Knoblauchzehen

1 Zitrone

50 ml Olivenöl

1 Zweig Rosmarin

1 Zweig Thymian

½ Bund Petersilie

Olivenöl, zum Braten

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Artischocken putzen. Dazu eine Schale mit Zitronenwasser aufsetzen. Einen Topf mit Knoblauch, halber Zitrone, Olivenöl, viel Salz, Rosmarin und Thymian erhitzen. Artischocke halbieren oder achteln und gar ziehen lassen. Anschließend Artischocken abtropfen lassen und in einer Pfanne mit Olivenöl schwenken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blätter zupfen, klein schneiden und zu den Artischocken geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnitur:

2 cl Ouzo

1 Zweig Minze

Minze abbrausen und trockenwedeln. Blätter als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Wilfried Neudecker

Gratinierter Lammlachs mit Thymian-Minz-Jus, Olivenpolenta, Artischocken und Orangen-Zwiebel- Carpaccio

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch und Jus:

300 g Lammlachs
4 Schalotten
3 Knoblauchzehen
1 Zitrone
50 g Parmesan
100 ml Sahne
150 g Butter
1 TL Dijonsenf
2 EL Olivenöl
120 ml Rinderfond
200 ml Rotwein
1 Bund glatte Petersilie
4 Zweige Rosmarin
3 Zweige Minze
4 Zweige Thymian
1 EL Stärke
Zucker, zum Karamellisieren
1 Lorbeerblatt
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Kräuter abbrausen und trockenwedeln, Blättchen bzw. Nadeln fein hacken. Schalotten und Knoblauch abziehen und feinhacken. Oliven schälen und fein hacken. Parmesan reiben. Butter und geriebener Parmesan mit den Kräutern verkneten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Fleisch von Sehnen und Häutchen befreien, mit Salz und Pfeffer würzen. In der Pfanne im heißen Öl rundherum 2-4 Minuten braun anbraten. In eine feuerfeste Form legen, mit dem Senf bestreichen und die Kräuter darauf verteilen. Parmesan reiben und drüber verteilen. Lamm offen im Ofen auf unterster Schiene 12-15 Minuten fertig garen.

Aus der Bratpfanne Öl abschütten und etwas Butter dazu geben. Gewürfelte Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen, mit Zucker karamellisieren und Lorbeerblatt zugeben. Thymian kurz mitbraten, etwas Rotwein, Sahne und Dijonsenf zugeben und reduzieren lassen.

Mit Rinderfond ablöschen und ebenfalls reduzieren.

Lorbeerblatt entfernen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit etwas Stärke binden.

Frische Minze abbrausen, trockenwedeln, kleinschneiden und mit gezupften Thymianblättchen zum Jus geben.

Final mit kalter Butter montieren.

Für die Polenta:

50 g instant Polenta
10 Kalamata-Oliven
30 g Parmesan
100 ml Milch
100 ml Sahne
1 EL Butter
100 ml Geflügelfond
1 Zweig Rosmarin
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Oliven in Scheiben schneiden. Geflügelfond und Milch mit Rosmarin aufkochen und den Maisgrieß mit dem Schneebesen unter Rühren ein rieseln lassen. Oliven dazugeben. Parmesan reiben. Butter sowie Parmesan dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Mit etwas Sahne verfeinern.

Für die Artischocken:

1 Artischocke
3 Knoblauchzehen
1 Zitrone
1 EL Butter
4 cl Ouzo
100 ml Weißwein
2 Zweige Thymian
1 Zweig Rosmarin

Zitrone halbieren und Saft auspressen. Mit Wasser vermischen. Bei den Artischocken den Stiel ca. 8 cm stehen lassen.

Gemüse oberhalb des Bodens anschneiden, grobe äußere Blätter entfernen, Stiele abschälen, Stroh entfernen.

Sofort in etwas Zitronenwasser vorgaren. Artischocke halbieren, mit einem Zweig Rosmarin und Thymian in Olivenöl anschwitzen.

Knoblauchzehen in Scheiben schneiden und zugeben, mit Weißwein und Ouzo ablöschen und reduzieren.

Olivenöl, zum Braten Mit etwas Butter aromatisieren und auf dem Teller Zitronenzesten darüber geben. Je eine Olive zu den Artischocken geben.

Für das Carpaccio: Orange mit dem Messer schälen, in dünne Scheiben schneiden und auf einen Teller legen. Rote Zwiebel abziehen, fein würfeln und reichlich auf die Orangenscheiben streuen. Mit etwas Olivenöl benetzen und mit Pfeffer übermahlen.

1 kleine rote Zwiebel
1 Orange
100 ml Olivenöl
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Christian-Johannes Weigl

Artischocken-Cremesüppchen mit Kräuter-Lamm, Rosmarin-Polenta, Oliven-Joghurt-Dip und Parmesan-Chip

Zutaten für zwei Personen

Für das Süppchen:

2 Artischocken
2 kleine Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
½ Zitrone, 1 EL Saft
200-300 ml Sahne
25 g Butter
2 EL Olivenöl
200-300 ml Geflügelfond
1-2 TL Stärke
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Zitrone auspressen, Knoblauch abziehen und andrücken. In einem Topf 1 Liter Wasser mit den angedrückten Knoblauchzehen, Zitronensaft, ½ TL Salz und dem Olivenöl zum Kochen bringen.

Stiel, äußere Blätter und unteren Teil der Artischocke entfernen.

Die inneren Blätter unmittelbar über dem Artischockenherz abschneiden, dem Sud hinzufügen und mitkochen. Artischockenherzen von Blattresten und Heu befreien und mit in den Sud geben und garen. Hin und wieder einen Geschmackstest machen. Der Sud soll nicht bitter werden, gegebenenfalls Sud von der Herdplatte nehmen.

Temperatur etwas reduzieren. Gegarte Artischockenherzen aus dem Sud nehmen und beiseitelegen. Sud abgießen und dabei den Fond auffangen. Zwiebeln abziehen und hacken.

In einem anderen Topf Butter erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten. Mit Gemüsefond und 2-3 Kehlen Artischocken-Fond ablöschen. Einen Teil der Sahne hinzugießen und aufkochen. Nach ein paar Minuten alles durch ein Sieb geben. Geschmacksprobe machen und gegebenenfalls Sahne und Sud nachgießen.

Stärke mit etwas Sahne verrühren und damit die Suppe abbinden. Erneut erhitzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Artischockenherzen in „Tortenstücke“ klein schneiden. Suppe mit dem Zauberstab kurz vorm Servieren aufschäumen.

Für die Rosmarin-Polenta:

30 g instant Polenta
100 ml Milch
30 g Parmesan
50 g Sahne
200 ml Geflügelfond
1 Zweig Rosmarin
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Milch, Geflügelfond und Rosmarin zusammen aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Polenta hinzufügen und unter ständigem Rühren erneut aufkochen. Topf vom Herd nehmen.

Mit geschlossenem Deckel ca. 10 Minuten quellen lassen. Hin und wieder umrühren. Parmesan reiben und Sahne locker aufschlagen.

Rosmarinzweig entfernen, Parmesan und Sahne unterheben.

Für den Parmesanchip:

2 EL geriebenen Parmesan

Je einen Esslöffel geriebenen Parmesan auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und ca. 8 Minuten im Ofen backen. Aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen.

Für das Lamm:

2 Lammlachse pariert und zugeputzt
3 EL Olivenöl
3 Zweige Rosmarin

Lamm mit Salz und Pfeffer würzen und in ein wenig Olivenöl mit einem Zweig Rosmarin und Thymian rundherum scharf anbraten.

Im vorgeheizten Ofen ca. 10-15 Minuten (je nach Größe) auf 56 Grad Kerntemperatur garen.

3 Zweige Thymian
2 Zweige glatte Petersilie
½ halbe Zitrone, Saft & Zesten
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rosmarin, Thymian und Petersilie klein hacken und in einer kleinen Schüssel mit Olivenöl, Saft der Zitrone und Zesten vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Lamm aus dem Ofen nehmen und ruhen lassen.
Kurz vor dem Servieren Fleisch in Tranchen schneiden und mit der Kräuterölmischung garnieren.

Für den Oliven-Jogurt-Dip:
1 Knoblauchzehe
5 entsteinte Kalamata-Oliven
200 g griechischer Jogurt
1 Zweig Petersilie
1 Zweig Minze
½ TL Koriandersamen
Etwas Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen, pressen und mit dem Jogurt vermischen.
Kräuter und Oliven grob zerkleinern und hinzufügen.
Koriandersamen mit dem Mörser zerkleinern und hinzufügen.
Alles mit dem Zauberstab zu einem cremigen Dip verarbeiten.
Mit Salz und Pfeffer abschmecken und Olivenöl leicht einrühren.

Für die Garnitur:
1 Zweig glatte Petersilie

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Nelson Müller

Auberginen-Feta-Röllchen mit Paprikapüree und Tomaten

Zutaten für zwei Personen

Für die Röllchen:

2 mittelgroße Auberginen
3 EL schwarze Oliventapenade
200 g Fetakäse
10 Salbeiblätter
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Auberginen waschen, längs in 20 dünne Scheiben à 0,5 cm schneiden – am besten funktioniert das mit einer Aufschnittmaschine, geht aber auch mit einem großen scharfen Messer. Fetakäse in 4 gleich große Stücke schneiden. Die Auberginenscheiben in Olivenöl anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und wenden. Anschließend mit der Oliventapenade bestreichen, je mit 1 Salbeiblatt und 1 Stück Käse belegen und aufrollen.

Für das Paprikapüree:

2 rote Paprika
1 EL Olivenöl
1 TL edelsüßes Paprikapulver
1 TL geräuchertes Paprikapulver
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Paprikaschoten halbieren und entkernen. Die Hälften mit der Hautseite nach oben auf ein Backblech legen, mit Olivenöl beträufeln und im heißen Ofen garen, bis die Haut Blasen wirft und dunkel wird. Das Blech herausnehmen, mit einem nassen, kalten Küchentuch bedecken und die Paprika etwas abkühlen lassen. Den Backofen eingeschaltet lassen. Die Haut der Paprika abziehen, das Fruchtfleisch mit dem Olivenöl im Standmixer pürieren und mit dem Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Die Auberginenröllchen kurz im heißen Olivenöl anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Paprikapüree in einer ofenfesten Form verteilen und die Röllchen aufsetzen.

Für das weitere Gemüse:

3 Tomaten
10 g schwarze Oliven ohne Stein
1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Tomaten kreuzweise einritzen, mit kochendem Wasser überbrühen, häuten, entkernen und fein würfeln. Knoblauch abziehen und Scheiben abschneiden. Oliven in Würfel schneiden. Tomaten mit Oliven und Knoblauch mischen und über den Röllchen verteilen. Im heißen Ofen 8 Minuten garen.

Die Auberginenröllchen mit etwas Paprikapüree auf kleinen Tellern anrichten und servieren. Dazu passt eine Scheibe kräftiges Bauernbrot oder Baguette.