

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 04. Juni 2019** ▪
Vorspeise mit Johann Lafer



Anne-Katrin Elster

Rinderfilet mit Chimichurri und Meerrettich-Blumenkohl-Püree

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

300 g Rinderfilet am Stück auf
 Zimmertemperatur
 3 Knoblauchzehen
 3 Rosmarinzwige
 3 Thymianzwige
 4 EL Butter
 3 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rinderfilet waschen und trocken tupfen. Filet von beiden Seiten mit Salz, Pfeffer würzen und in Olivenöl in der Pfanne von allen Seiten scharf anbraten. Knoblauch abziehen, Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Knoblauchzehen und Kräuter mit Butter in die Pfanne hinzugeben, aufschäumen lassen und die schäumende Butter immer wieder über das Filet geben, ca 3-4 Minuten pro Seite. Bei einer Innentemperatur von ca. 50°C aus der Pfanne nehmen und mindestens 10 Minuten ruhen lassen.

Für die Chimichurri-Sauce:

1 Bund glatte Petersilie
 ½ Bund Koriander
 ½ Bund Minze
 1 Zitrone
 4 Knoblauchzehen
 120 ml Olivenöl
 ½ TL Meersalz
 1 Prise Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Petersilie, Minze und Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Knoblauch abziehen und im Mörser mit Zucker und Meersalz zu einer feinen Paste verarbeiten. Kräuter in den Mörser geben. Zitronenschale abreiben, Zitrone halbieren und auspressen. Schale und einen Esslöffel Saft in den Mörser geben, Olivenöl unterheben und weiter zerstoßen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Meerrettich-Blumenkohl-Püree :

200 g Blumenkohl
 1 kleine Meerrettichwurzel
 1 EL Butter
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Zwei Röschen zurückhalten. Blumenkohl in Röschen zerteilen und in kochendem Wasser 10 Minuten weich kochen lassen. 5 Röschen zurückhalten. Meerrettich reiben. Schalotten abziehen, halbieren und 3 Hälften fein schneiden. Blumenkohl abgießen. Olivenöl in einem Topf erhitzen. Blumenkohl und Meerrettich dazugeben, kurz anschwitzen, dann den Herd ausschalten und Blumenkohl und Meerrettich stampfen. Mit Butter, Salz und Pfeffer würzen und mit einem Pürierstab noch feiner pürieren. Die zurück behaltene Blumenkohl-Röschen halbieren. Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Blumenkohl-Hälften darin auf der Schnittseite anbraten. Wenden und salzen.

Rinderfilet aufschneiden und auf dem Meerrettich-Blumenkohl-Püree anrichten und mit der Chimichurri-Sauce beträufeln. Mit Blumenkohl-Röschen und Schalotten garnieren.



Sven Koch

Knusprige Jakobsmuscheln mit Apfel-Avocado-Tatar und Mango-Pinienkern-Salsa

Zutaten für zwei Personen

Für das Tatar:

200 g Avocado
1 Apfel
1 Limette
50 ml Traubenkernöl
2 cm Ingwer
1 Spritzer Tabasco
½ TL grüner Pfeffer
Salz, aus der Mühle

Für das Tatar die Avocado und den Apfel schälen und vom Kern bzw. Strunk befreien. Apfel und Avocado in kleine Würfel schneiden. Limette halbieren und auspressen. Apfel- und Avocadowürfel in Limettensaft und Traubenkernöl marinieren. Ingwer schälen und reiben. Grünen Pfeffer in einem Mörser zerreiben. Ingwer und Pfeffer unter die marinierten Apfel- und Avocadowürfel heben und mit Tabasco und Salz abschmecken.

Für die Jakobsmuscheln:

4 große Jakobsmuscheln
2 Blätter Tiefkühl-Strudelteig (ca. 30 x 40 cm)
1 kleiner Thymianzweig
50 g Ghee
30 ml Sonnenblumenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Jakobsmuscheln halbieren, so dass zwei dicke Scheiben entstehen. Die Strudelteigblätter einzeln mit Ghee bepinseln, übereinanderlegen und gut zusammendrücken. Kurz an einem kalten Ort ruhen lassen und mit einem Ausstecher in der Größe der Jakobsmuschelscheiben ausstechen. Die Jakobsmuschelscheiben mit etwas Ghee bepinseln, leicht salzen und pfeffern und dann oberhalb und unterhalb jeweils die ausgestochenen Strudelblätter ankleben. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Jakobsmuscheln mit dem Strudelteig zusammen mit dem Thymianzweig bei starker Hitze von beiden Seiten etwa 20 Sekunden knusprig braten.

Für die Salsa:

½ reife Mango
60 g Pinienkerne
2 EL Tomaten
1 Knoblauchzehe
½ Bund Koriander
20 ml Apfelessig
1 Limette
80 ml fruchtiges Olivenöl
1 TL Lavendelhonig
Korianderkörner
1 Prise Chilipulver
1 Spritzer Tabasco
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Salsa Mango schälen (nur die Hälfte verwenden) und in kleine Würfel schneiden. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Tomaten entkernen und in kleine Würfel schneiden. Koriander hacken. Korianderkörner in einem Mörser zerreiben. Knoblauch abziehen und hacken. Frischen und zerriebenen Koriander mit den Pinienkernen, dem Knoblauch und den Tomaten- und Mangowürfeln vermengen. Lavendelhonig und Tabasco unterheben. Die Salsa 2 bis 3 Stunden durchziehen lassen (darauf wird aufgrund der Zeit verzichtet).

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Silvia Fernandes

Spinat-Oliven-Gnocchi und Tomatensalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Gnocchi:

50 g Blattspinat
80 g entsteinte grüne Oliven
2 EL Olivenöl
65 g Weißbrot
80 g Quark (20% Fett)
30 g Parmesan
1 EL Milch
1 Ei
Mehl, zum Bestäuben
Salz, aus der Mühle

Blattspinat putzen, waschen und in einem Topf in reichlich Salzwasser ca. 10 Sek. blanchieren. Sofort in eiskaltem Wasser abschrecken, gut abtropfen lassen, sehr fest ausdrücken und fein pürieren.

Oliven mit Olivenöl fein pürieren. Weißbrot entrinden und zerbröseln. Parmesan reiben. Quark durch ein feines Sieb streichen. Mit geriebenem Parmesan, Mehl, Ei sowie 2 EL Spinatpüree, dem Olivenpüree und dem Weißbrot zu einem glatten Teig verrühren.

Reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Die Arbeitsplatte mit Mehl bestäuben. Den Teig darauf mit bemehlten Händen zu Rollen formen. Diese in Stücke schneiden und zu olivenförmigen Gnocchi formen. Die Gnocchi im heißen Wasser ziehen lassen, bis sie oben schwimmen. Herausnehmen, kurz abschrecken und gut abtropfen lassen.

Für den Tomatensalat:

80g entsteinte schwarze Oliven
2 Tomaten
2 Knoblauchzehen
1 Schalotte
2 EL Olivenöl
60 g Parmesan
2 glatte Petersilienzweige
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schwarze Oliven halbieren.

Die Tomaten über Kreuz einritzen, kurz mit heißem Wasser überbrühen, abschrecken und enthäuten. Anschließend vierteln, entkernen und in feine Streifen schneiden.

Knoblauchzehen und Schalotte abziehen, in feine Würfel schneiden und in Olivenöl in einer Pfanne anbraten, bis sie leicht Farbe angenommen haben. Die Oliven untermischen. Die Gnocchi vorsichtig unterheben und kurz mit braten. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Tomatenstreifen kurz mit dünsten. Parmesan reiben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Das Gericht auf Tellern anrichten. Parmesan darüber hobeln und alles mit Petersilie bestreuen.



Andreas Specht

Ente à l'orange mit rotem Linsensalat und Petersilienschaum

Zutaten für zwei Personen

Für die Entenbrust:

2 Entenbrüste
2 Orangen
100 g Butter
3-4 EL Bitterorangenlikör
Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Backofen auf 200 ° C Ober- / Unterhitze vorheizen.

Entenbrust auf der Hautseite rautenförmig einschneiden, salzen, pfeffern und mit der Hautseite nach unten in die kalte Pfanne geben, dann erst stark erhitzen und scharf anbraten. Hitze reduzieren, nach 3-4 min. wenden und etwa 1 min. anbraten. Danach im vorgeheizten Ofen ca. 20 min. weitergaren.

Orangen halbieren und auspressen. Die Pfanne mit dem Entenfett erneut erhitzen. Die restliche Butter, Orangensaft (ca. 200 ml) und Zucker in die Pfanne geben, kurz aufkochen und mit Gran Marnier ablöschen. Etwas einreduzieren lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Orangenfilets aus der Orange herauslösen und in der Sauce erwärmen. Wenn der gewünschte Gargrad der Entenbrüste erreicht ist, Entenbrüste aus dem Ofen nehmen, in Alufolie einwickeln und kurz ruhen lassen.

Für die Linsen:

100 g rote Linsen
10 Cherrytomaten
1 rote Zwiebeln
1 Möhren
1 Stange Lauch
½ Bund Schnittlauch
250 ml Gemüsefond
3 EL Balsamicoessig
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebeln abziehen und fein hacken. Möhre putzen und in feine Würfel schneiden. Lauch putzen und den hellen Teil in feine Streifen. 5 der Tomaten vierteln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln, Möhren, Tomaten und Lauch darin anschwitzen. Nach kurzer Zeit die Linsen dazu geben, mit Fond aufgießen und ca. 10 min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Balsamicoessig dazu geben, mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen und etwa weitere 5 min. köcheln lassen. Die restlichen 5 Tomaten halbieren, Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Kurz vorm Servieren den Schnittlauch und Tomaten unterheben.

Für den Schaum:

1 Zitrone
1 Knoblauchzehe
150 ml Sahne
½ Bund Petersilie
3 EL Walnussöl
Salz, aus der Mühle

Petersilienblätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Knoblauch abziehen, Zitronenschale abreiben und den Saft auspressen. Salz, Sahne und Walnussöl elektrisch pürieren. Alles in einem Sahnesiphon einfüllen und kurz vorm Servieren als Schaum zum Gericht servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Theresia Edskes

Jakobsmuschel-Saltimbocca auf Briochetaler mit Kürbiskernpesto und Wasabi-Gurken-Eis

Zutaten für zwei Personen

Für das Jakobsmuschel-Saltimbocca:

- 4 Scheiben Brioche
- 8 ausgelöste Jakobsmuscheln
- 4 Scheiben Parmaschinken
- ½ Bund Salbei
- 1 Knoblauchzehe
- 3 EL Olivenöl
- 60 g Butter
- 100 g eingelegte getrocknete Tomaten
- 60 g Forellenkaviar
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Salz, aus der Mühle

Jakobsmuscheln abbrausen, sorgfältig trocken tupfen, leicht salzen und pfeffern. Parmaschinken in insgesamt acht Scheiben halbieren. Salbei abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Jakobsmuscheln mit je einem Salbeiblatt in einen Streifen Parmaschinken wickeln.

Knoblauch abziehen und die Zehe halbieren. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Jakobsmuscheln und Knoblauch hineingeben und die Jakobsmuscheln auf jeder Seite etwa 1-2 Minuten goldbraun anbraten. Jakobsmuscheln herausheben, kurz abtropfen lassen.

Anschließend restliche Salbeiblätter im verbliebenen Öl in der Pfanne knusprig braten. Herausnehmen und auf Küchenkrepp legen.

Aus dem Brioche 8 Kreise ausstechen, die etwas größer sind, als die Jakobsmuscheln. In einer weiteren Pfanne Butter erhitzen, die Brotkreise darin goldbraun anbraten. Herausnehmen, leicht salzen und auf Küchenkrepp legen.

Die Tomaten mit dem Mixer pürieren.

Die knusprigen Briochetaler mit Tomatenpüree bestreichen, mit je einer Jakobsmuschel belegen und mit den frittierten Salbeiblättern und dem Forellenkaviar garnieren.

Für das Kürbiskernpesto:

- 70 g Kürbiskerne
- 30 g Pinienkerne
- 100 ml Kürbiskernöl
- 50 g Parmesan
- 1 Knoblauchzehe
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Salz, aus der Mühle

Parmesan reiben. Knoblauch abziehen. Kürbiskerne und Pinienkerne kurz in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Mit Kürbiskernöl, Parmesan, Salz, Pfeffer und dem Knoblauch im Mixer pürieren.

Für das Wasabi-Gurken-Eis:

- ½ Salatgurke
- 200 g Crème fraîche
- 125 g Wasabipaste
- 8 EL Heller Sirup

Die Gurke waschen und in grobe Stücke schneiden und mit Crème fraîche, Wasabi und hellem Sirup in einem hohem Gefäß mit dem Stabmixer zu einer homogenen feinen Masse mixen. Die Masse in die Eismaschine geben und gefrieren lassen.

Jakobsmuschel-Saltimbocca auf Briochetaler auf Tellern anrichten und das Kürbiskernpesto daneben geben. Das Wasabi-Gurken-Eis daneben garnieren und servieren.