

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 13. August 2019 ▪
Vorspeise mit Björn Freitag



Lisa Lührs

**Lauwarme Bachforelle mit weißer Zwiebelcreme,
Stangensellerie, Radieschen und Trüffel-Milchschaum**

Zutaten für zwei Personen

Für die lauwarme Bachforelle:
2 Bachforellenfilets, à ca. 100 g,
ohne Haut
50 g Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Backofen auf 70 Grad Umluft vorheizen.

Butter im Topf bräunen und in einen flachen Teller geben. Fischfilets salzen und pfeffern und in der Butter wenden und Teller mit Frischhaltefolie bedecken. Im Ofen bei 7 Minuten confieren lassen.

Für die weiße Zwiebelcreme:
2 weiße Zwiebeln
1 EL neutrales Pflanzenöl
50 ml Sahne
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebeln abziehen, in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne in Öl dünsten bis sie weich werden. Sahne zugeben und weiter einkochen. Mit dem Stabmixer fein pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für den Stangensellerie und die
Radieschen:**
1 Stange Stangensellerie
3 Radieschen
50 ml Geflügelfond
1 Spritzer Weißwein-Essig
2 EL Butter
Olivenöl, zum Marinieren
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Stangensellerie mit schälen und Fäden abziehen. Mit dem Sparschäler ein paar Streifen runter schneiden und in eine Schüssel mit Eiswasser geben. Den Rest in Rauten schneiden. 1 Radieschen in feine Scheiben schneiden und ebenfalls in das Eiswasser geben. Die beiden anderen Radieschen in Spalten schneiden. Sellerierauten und Radieschenspalten in einer Pfanne in Butter anschwitzen, mit etwas Fond und Essig ablöschen, etwas einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Vor dem Anrichten Selleriestreifen und Radieschenscheiben mit Öl, Essig, Salz und Pfeffer marinieren.

Für den Trüffel-Milchschaum:
200 ml Milch
1 EL Trüffelbutter

Milch und Trüffelbutter mit Hilfe eines Mlichaufschäumers aufschäumen.

Für die Garnitur:
1 Limette
2 Radieschen
6 essbare Blüten
2 EL Meersalzflocken

Schale der Limette abreiben. Meersalzflocken mit Limettenabrieb hacken.

Meersalzflocken mit Limettenabrieb auf die Forellen geben. Zwiebelcreme auf Teller geben, Fisch mittig darauf setzen. Sellerierauten und Radieschenspalten darum verteilen, Streifen und Scheiben auf dem Fisch geben. Milchschaum angießen. Mit Blüten garnieren.



Oliver Wendt

Rote Bete mit Feta-Nuss-Füllung, Bacon-Crunch und Wildkräutersalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Rote Bete:

4 Kugeln vorgekochte Rote Bete
150 g gesalzene Nuss-Mischung
100 g Schafskäse
3 EL brauner Zucker
3 EL Palmzucker

Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Schafskäse mit einer Gabel grob zerkleinern. Nussmischung in einer beschichteten Pfanne anrösten und mit braunen Zucker karamellisieren. Schafskäse untermischen. Rote Bete aushöhlen und mit der Nuss-Schafskäse-Mischung füllen. In eine feuerfeste Form stellen und mit dem Palmzucker betreuen. 25 Minuten im Backofen backen.

Für den Bacon-Crunch:

4 Scheiben Bacon

Bacon in Pfanne kross werden lassen und zu Bröseln zerkleinern.

Für den Wildkräutersalat:

400 g Wildkräutersalat
50 ml Olivenöl
50 ml Passionsfruchtessig
2 EL Honig
2 EL Senf

Wildkräutersalat abbrausen und trockenwedeln.

Aus Olivenöl, Passionsfruchtessig, Honig und Senf eine Vinaigrette anrühren und mit dem Wildsalat vermischen.

Wildsalat auf Teller anrichten. Rote Bete darauf setzen und mit Bacon garniert servieren.



Margot Reinwarth-Sooth

Tuna-Tataki auf geblähtem Melonen-Carpaccio mit Apfel-Avocado-Salat und Balsamico-Reduktion

Zutaten für zwei Personen

Für das Tuna-Tataki:

1 Thunfischfilet, à ca. 250 g,
Sushiqualität
1 EL Sojasauce
1 EL weißer Sesam
1 EL schwarzer Sesam
1 EL Sesamöl
1 Prise Szechuanpfeffer
neutrales Öl, zum Anbraten

Sojasauce und Sesamöl in einer Schüssel verrühren, den Thunfisch damit marinieren und ca. 10 min. ziehen lassen. Danach in weißem und schwarzem Sesam wälzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und den Thunfisch kurz in der Pfanne von allen Seiten scharf anbraten. Wieder herausnehmen und mit etwas Szechuanpfeffer würzen. Danach in Frischhaltefolie wickeln und beiseite legen.

Für den Apfel-Avocado-Salat:

2 grüne Äpfel
1 Avocado
1 Bund Frühlingszwiebel
1 EL Honig
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Äpfel schälen, entkernen und reiben. Frühlingszwiebeln putzen und in dünne Ringe schneiden. Die Frühlingszwiebeln in eine große Schüssel geben, Honig unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Avocado aus der Schale lösen, vom Stein befreien und in kleine Würfel schneiden. Avocadowürfel und geriebene Äpfel unter die Frühlingszwiebeln mischen und leicht durchkneten. Erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Balsamico-Reduktion:

5 EL dunkler Balsamicoessig
2 EL Zucker

Balsamicoessig in einer Pfanne erhitzen und unter Rühren mit dem Zucker reduzieren lassen.

Für das Melonen-Carpaccio:

1 Cantaloupe-Melone
1 EL Puderzucker

Die Melone schälen und dünn aufschneiden. Auf den Tellern auslegen, mit Puderzucker bestreuen und mit einem Bunsenbrenner abflämmen, bis eine leichte Bräunung entsteht.

Für die Garnitur:

6 essbare Blüten
2 EL Olivenöl
Fleur de sel

Das Thunfischfilet aus der Folie nehmen und in ca. 1 cm dicke Tranchen schneiden.
Den Apfel-Avocado-Salat mit einem Ring auf der Melone anrichten und die Thunfischtranchen darauf legen. Die Melonen mit der Balsamico-Reduktion, etwas Olivenöl und Fleur de Sel beträufeln und mit den Blüten dekorieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Patrick Felber

Lachs-Tatar mit Gurken-Relish, Mango-Salsa und Honig-Senf-Sauce

Zutaten für zwei Personen

Für das Tatar:

150 g Graved Lachs
150 g Lachsfilet, ohne Haut
2 Schalotten
3 Zweige Dill
½ TL Kardamompulver
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Lachsfilet und Graved Lachs in sehr feine Würfel schneiden. Schalotten abziehen, sehr fein würfeln und in einem Sieb mit heißem Wasser abspülen. Etwas Dill für die Garnitur beiseitelegen. Den restlichen Dill abrausen, trockenwedeln, von den Zweigen zupfen und fein hacken. Gewürfelten Graved Lachs und Lachsfilet mit Schalotten, Dill und Kardamom vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Gurken-Relish:

250 g Salatgurke
2 Schalotten
20 g Ingwer
½ kleine Chilischote
½ TL Kurkuma
2 TL Senfsamen
2 Zweige Dill
75 ml Apfelessig
50 g Zucker
1 TL Pfeilwurzelmehl
2 TL feines Meersalz

Die Gurke schälen, von den Enden befreien, entkernen, vierteln und sehr fein würfeln. Schalotten abziehen, Ingwer schälen, beides fein würfeln. Die Hälfte der Chili, putzen und fein hacken. Gurke, Schalotten und Ingwer in einer Schüssel mit Kurkuma, Senfsamen, Chili und Salz mischen. Beiseite legen und ziehen lassen.

Alles in ein Sieb geben und die Flüssigkeit auffangen. Essig zusammen mit Pfeilwurzelmehl und Zucker in einem Topf kurz aufkochen und dann dicklich einkochen lassen. Die Gurkenflüssigkeit hinzugießen und etwas mitkochen lassen. Gurkenmischung ebenfalls hinzufügen, noch mal kurz aufkochen und zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 10-15 min. köcheln lassen.

Den Dill abrausen und trockenwedeln. Die Spitzen abzupfen, fein hacken und zur Gurkenmischung geben. Topf vom Herd nehmen und am besten im Kühlschrank abkühlen lassen.

Für die Honig-Dill-Senfsauce:

1 Zitrone
1 Ei
½ Bund Dill
100 g mittelscharfer Senf
60 g Honig
200 ml Sonnenblumenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitrone halbieren und auspressen. Ei trennen und das Eigelb mit Senf, Honig und ca. 1 EL Zitronensaft in einem hohen, schmalen Behälter mit einem Pürierstab mixen. Öl tröpfchenweise hinzufügen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Dill abrausen, trockenwedeln, fein hacken und mit der Sauce verrühren.

Für die Mangosalsa:

200 g Mango
½ Gurke, ca. 150 g
1 Limette
2 TL Sesamöl
¼ TL Chiliflocken
½ Bund Koriander
Salz, aus der Mühle

Die Mango schälen, Kern entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Die Gurke schälen, von den Enden befreien längs halbieren, die Kerne herauskratzen und ebenfalls fein würfeln. Beides gut miteinander vermischen. Limette halbieren und eine Hälfte auspressen. Koriander von den Zweigen zupfen und hacken. Sesamöl, Chiliflocken, ca. 3 EL Koriandergrün und Limettensaft hinzufügen und mit Salz abschmecken.

Für die Garnitur:

2 TL Creme Fraîche
10 g Forellenkaviar

Den Lachs in einem Ring anrichten, mit etwas Creme Fraîche bestreichen, mit Kaviar und dem beiseitegelegten Dill garnieren. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laura Diekmann

Honig-Ziegenkäse-Ravioli mit gerösteten Walnüssen und Nussbutter

Zutaten für zwei Personen

Für den Teig:

2 Eier
150 g Weizenmehl Type 550
50 g Weizenmehl Type 1050
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Mehl, Eier, Öl und Salz von Hand zu einem glatten Teig kneten. Zu einer Kugel formen und ca. 10 min. im Kühlschrank ruhen lassen (in dieser Zeit kann die Füllung vorbereitet werden).

Den Teig mit einer Nudelmaschine zu zwei dünnen Bahnen ausrollen. Die Füllung mit einem Teelöffel mit etwas Abstand zueinander auf der Teigbahn verteilen. Die zweite Teigplatte darüber legen und mit dem Ravioliausstecher die einzelnen Ravioli ausstechen. Mit einer Gabel zusätzlich die Enden zusammen drücken.

Salzwasser zum Kochen bringen und die Ravioli ins siedende Wasser geben. Wenn die Ravioli aufsteigen, das Wasser abgießen.

Für die Füllung:

100 g Ricotta
50 g Ziegenfrischkäse
20 g Walnüsse
20 g geriebener Parmesan
2 EL Honig
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Walnüsse in einer beschichteten Pfanne mit einem Esslöffel Honig karamellisieren lassen. Anschließend klein hacken.

Ricotta und Ziegenfrischkäse in einer Schüssel vermengen. Parmesan reiben. Den restlichen Honig, Parmesan, und die gerösteten Walnüsse hinzu geben und vermengen. Die Füllung mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Nussbutter:

100 g Butter

Butter in einem kleinen Kochtopf bei mittlerer Hitze schmelzen, bis sie beginnt aufzuschäumen. Hitze weiter reduzieren und die Butter bräunen lassen. Anschließend die Butter durch ein sehr feines Sieb oder Tuch abseihen und die Molke aus der Butter entfernen.

Für die Garnitur:

50 g Parmesan

Parmesan hobeln.

Die Ravioli auf Tellern anrichten, mit der Nussbutter beträufeln und dem geriebenem Parmesan garnieren.