

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 21. August 2019 ▪  
Motto „Norddeutsche Klassiker“ mit Cornelia Poletto



**Brigitte Jimenez-Guder**

**Interpretation vom Labskaus: Labskaus von der Ente mit Wachtelspiegelei und Rote-Bete-Apfel-Salat**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für das Labskaus:**

400 g mild gepökelte und geräucherte Entenbrust  
500 g mehligkochende Kartoffeln  
2 Schalotten  
2 Gewürzgurken  
50 ml Gewürzgurkensaft  
50 g passierte Schältomaten  
50 ml Sahne  
125 ml Entenfond  
50 ml Rote Bete Saft  
20 g Entenschmalz  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen und in kochendem Wasser garen. Haut von der Entenbrust trennen, klein würfeln und in einer Pfanne kross ausbraten. Fleisch fein würfeln und im Multi Zerkleinerer zerkleinern. Gewürzgurken würfeln. Schalotten abziehen und fein würfeln. Entenschmalz in einer Pfanne erhitzen und Schalotte darin anschwitzen. Fleisch und Gurke kurz darin andünsten.

Die gegarten Kartoffeln abgießen und durch eine Kartoffelpresse in die Pfanne zur Fleisch-Mischung geben. Rote Bete Saft erhitzen und reduzieren lassen. Fleisch-Mischung aufkochen lassen und anschließend die Rote-Bete-Reduktion hinzugeben. Entenfond und Gewürzgurkensaft ergänzen und mit passierten Schältomaten vermengen. Rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sahne mit einem Handrührgerät steif schlagen und unter das Labskaus heben.

**Für die Wachtelspiegeleier:**

6 Wachteleier  
Öl, zum Braten

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Wachteleier in der Pfanne aufschlagen. Eier kross anbraten, bis sie den gewünschten Garpunkt erreicht haben.

**Für den Rote-Bete-Apfel-Salat:**

175 g frische Rote Bete  
1 Elstar Apfel  
1 Zitrone  
½ Bund frische Minze  
2 EL Apfelessig  
20 g Cashewkerne  
1 TL Zucker  
1 EL Olivenöl  
Daikon-Rettich-Sprossen, zum Garnieren  
Meersalz, zum Würzen  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Blätter und Wurzel der Roten Bete abschneiden und die Knollen kräftig waschen. Rote Bete ungeschält und roh mit einem Julienne-Hobel reiben. Einen Apfel waschen und ebenfalls mit dem Julienne-Hobel reiben. Das Kerngehäuse wegwerfen. Rote Bete- und Apfelstreifen miteinander vermischen.

Ein Bund Minze abbrausen, trockenwedeln, die Blättchen abzupfen und hacken. Minze unter den Salat mischen.

Zitrone auspressen. Rote-Bete-Apfel-Salat mit Apfelessig, Zucker, Olivenöl, 2-3 EL Zitronensaft, einer Prise Meersalz sowie schwarzem Pfeffer würzen. Cashewkerne untermengen. Salat im Kühlschrank 15-20 Minuten ziehen lassen.

Rote Bete-Apfel-Salat mit Sprossen garnieren und mit übrigem Zitronensaft beträufeln

**Für die Garnitur:**

2 Rollmöpse  
2 große Gewürzgurken  
Kresse, zum Garnieren

Rollmöpse und Gurke zum Garnieren klein schneiden.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit dem Rollmöpsen, Gurken und der Kresse garnieren und servieren.



**Marco Heyer**

## **Pannfisch mit Senfsauce, Baby-Spinat und Bratkartoffeln**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Pannfisch:**

2 Kabeljaufilets, à 150 g ohne Haut  
2 EL Butter  
2 EL Mehl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kabeljaufilets waschen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. Butter in eine Pfanne geben und Kabeljaufilets darin von beiden Seiten 3-4 Minuten goldbraun anbraten. Anschließend salzen und pfeffern.

### **Für die Bratkartoffeln:**

200 g festkochende Kartoffeln  
50 g durchwachsener Speck  
1 rote Zwiebel  
½ Bund Petersilie  
1 EL Rapsöl  
Salz, aus der Mühle

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Einen kleinen Topf Salzwasser aufkochen. Kartoffeln schälen und Speck in Würfel schneiden. Zwiebel abziehen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Kartoffeln im kochenden Wasser 1 Minute blanchieren, kalt abschrecken und auf Küchenpapier abtropfen. In einer heißen Pfanne Speck auslassen und herausnehmen. 1 EL Öl in der Pfanne erhitzen, Kartoffeln in Scheiben schneiden und in der Pfanne goldbraun anbraten, etwas salzen. Zwiebeln dazugeben und mitbraten. Speck wieder in die Pfanne geben und alles umrühren. Anschließend Petersilie in die Pfanne geben und durchschwenken.

### **Für die Senfsauce:**

125 g Crème fraîche  
150 ml Milch  
3 EL körniger Senf  
1 TL Zucker  
1 Zitrone  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Crème fraîche und Milch in einem kleinen Topf aufkochen. Senf einrühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Zitronenschale abreiben, anschließend Zitrone halbieren und auspressen. Zitronensaft und Zitronenabrieb mit in den Topf geben und die Sauce mit einem Stabmixer mixen.

### **Für den Baby-Spinat:**

150 g Baby-Spinat  
1 Schalotte  
1 Knoblauchzehe  
1 EL Butter  
1 EL Sahne  
1 EL Gemüsefond  
1 Muskatnuss  
1 Prise Zucker  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Babyspinat waschen und trockenschleudern. Schalotte abziehen und in kleine Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und halbieren. Butter in der Pfanne erhitzen, eine Hälfte Knoblauch und die Schalottenwürfel darin anbraten. Spinat dazugeben und so lange braten bis er zerfällt. Mit Gemüsefond und Sahne ablöschen. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Muskatnuss reiben und Spinat damit abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Jakob Herrmann**

## **Fischbrötchen: Fischfrikadelle im selbstgebackenen Brötchen mit Remoulade und Pommes frites**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Fisch:**

300 g Kabeljaufilet, ohne Haut  
 100 g Räucherlachs  
 2 Sardellen aus dem Glas  
 2 Eier  
 1 Zwiebel  
 1 Bund Petersilie  
 3 EL Semmelbrösel  
 40 g Butter  
 3 EL Sonnenblumenöl  
 1 Muskatnuss  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Kabeljau waschen und trockentupfen. Kabeljau, Räucherlachs und Sardellen fein würfeln. Die Eier trennen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Die Zwiebel abziehen, fein hacken und mit Fischwürfel, Eigelb, Petersilie und Semmelbrösel vermischen. Aus der Masse kleine Frikadellen formen und mit Semmelbröseln bestreuen. In einer Pfanne mit reichlich Öl und Butter etwa 8 Minuten goldbraun braten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

### **Für die Remoulade:**

3 Essiggurken  
 5 Kapern aus dem Glas  
 3 Sardellen aus dem Glas  
 ½ Bund Schnittlauch  
 2 Eier  
 1 TL Estragonsenf  
 2 EL saure Sahne  
 200 ml Sonnenblumenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Eier trennen. Eigelb und Estragonsenf mischen und mit langsam einfließendem Öl zu einer Mayonnaise mixen. Für die Pommes etwas beiseite stellen. Schnittlauch putzen und in Röllchen schneiden. Essiggurken, Kapern und Sardellen hacken und mit den Zwiebeln in die übrige Mayonnaise rühren. Mit saurer Sahne, Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Für das Brötchen:**

150 g Mehl  
 1 Ei  
 ½ TL Trockenhefe  
 1 Prise feines Salz

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Mehl, Backpulver und Salz vermischen, das Ei und 100 ml lauwarmes Wasser dazugeben und zu einem glatten Teig kneten.

Zu kleinen Brötchen formen und im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten goldbraun backen.

**Für die Pommes frites:** Einen weiteren Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.  
400 g festkochende Kartoffeln Die Kartoffeln schälen und zu gleichmäßigen Pommessticks schneiden.  
4 EL Olivenöl Öl in der Fritteuse auf 200 Grad erhitzen und die Pommes hineingeben.  
! L Frittierfett Nach 50 Sekunden die Pommes mit einer Schaumkelle herausnehmen  
1 Prise feines Salz und abkühlen lassen. Die Fritteuse auf 210 Grad aufdrehen und die  
Pommes ein zweites Mal in die Fritteuse geben. Für 3 ½ Minuten frittieren  
und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Salz würzen.

**Für die Garnitur:** Die Tomate waschen und in feine Scheiben schneiden. Den Rucola  
waschen und trockenschleudern.  
1 große Tomate  
50 g Rucola

Die Brötchen mit Remoulade, Tomaten und Salat belegen, die Frikadelle  
hineingeben und mit Pommes frites servieren.



**Kerstin Lasar**

## **Schnitzel à la Holstein mit pochiertem Ei, Petersilienkartoffeln und Krabben-Shooter**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Schnitzel:**

2 Kalbsschnitzel (à ca. 125 g)  
5 EL neutrales Öl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schnitzel waschen, trockentupfen und etwas flachklopfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Etwa. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Schnitzel darin von jeder Seite ca. 2 Minuten braten. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

### **Für das pochierte Ei:**

2 Eier (Größe M)  
3 EL Weißweinessig  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Einen Topf mit Wasser und Essig zum Kochen bringen. Hitze reduzieren, so dass das Wasser nur noch siedet. Eier vorsichtig aufschlagen, einzeln in das siedende Wasser gleiten lassen und darin ca. 5 Minuten pochieren. Anschließend vorsichtig herausnehmen, abtropfen lassen und etwas zurechtschneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen.

### **Für die Petersilien-Kartoffeln:**

300 g kleine festkochende Kartoffeln  
30 g Butter  
1 Bund krause Petersilie  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln säubern und in einem Topf mit Salzwasser 15-20 Minuten kochen. Abgießen und abtropfen lassen. In einer großen Pfanne Butter schmelzen. Kartoffeln dazugeben und bräunen. Die Petersilie abrausen, trockenwedeln und hacken. Anschließend über die Kartoffeln geben und gemeinsam in der Pfanne schwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Für den Krabbenshooter:**

2 EL frische gepulverte Nordseekrabben  
250 ml Tomatensaft  
2 EL Crème fraîche  
1 Zitrone  
1 TL scharfe Chilisaucе  
1 TL neutrales Olivenöl  
Meersalz, zum Würzen

Krabben in ein kleines Glas geben. Mit Tomatensaft auf ca. zwei Drittel des Glases auffüllen. Einige Spritzer Chilisaucе, Olivenöl und etwas Zitronenabrieb hinzufügen. Zum Schluss mit einem Klecks Crème fraîche garnieren und etwas Meersalz würzen.

### **Zum Garnieren:**

4 Sardellenfilets in Öl eingelegt  
180 g vorgegarte Rote Bete  
2 Scheiben weißes Toastbrot  
150 g Gewürzgurken  
1 EL Kapern aus dem Glas  
1 Zweig krause Petersilie

Toastbrot in der Pfanne rösten, Sardellenfilets abtropfen lassen und auf das Toastbrot legen. Petersilie abrausen, trockenwedeln und hacken. Die Rote Bete und Gewürzgurken abtropfen lassen und klein schneiden.

Schnitzel mit Kartoffeln und pochiertem Ei auf Tellern anrichten, das belegte Toastbrot dazu reichen, mit Rote Bete, Kapern und Gewürzgurken garnieren. Mit Petersilie bestreuen und servieren.