

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 13. Juli 2018 ▪  
Finalgericht von Christian Lohse



**"Gemüses Lohsos":**

**Gedünstetes Gemüse mit Schmortomaten, frittierter Artischocke, Lorbeercreme und Zwiebel-Vinaigrette**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Schmortomaten:**

- 4 mittelgroße Tomaten an der Rispe
- ¼ TL Piment d'Espelette
- 1 TL brauner Zucker
- 3 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle

Den Ofen auf 230 Grad Umluft vorheizen.

In einem großen Topf reichlich Wasser zum Kochen bringen. Die Tomaten in heißem Wasser blanchieren, herausnehmen und abziehen. Die Tomaten mit Piment d'Espelette, Zucker, Olivenöl und Salz marinieren. Auf ein Blech legen und in den Ofen geben. Austretenden Saft der Tomaten aufbewahren.

**Für das gedünstete Gemüse:**

- 6 Mini-Karotten mit Grün
- 3 Mini-Fenchel mit Grün
- 2 Mini-Zucchini
- 1 Stauden Sellerie
- 1 Stängelkohl
- 3 dicke Frühlingszwiebeln
- 2 Zehen lila französischer Knoblauch
- 75 ml französisches Mineralwasser
- 1 TL brauner Zucker
- 1 Lorbeerblatt
- Olivenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Karotten waschen und putzen. Fenchel waschen, vom Strunk schneiden und achteln. Stängelkohl waschen, der Länge nach halbieren und je nach Größe ebenfalls vierteln. Bleichsellerie kleinschneiden. Zucchini waschen und ebenfalls der Länge nach halbieren.

Frühlingszwiebeln etwas oberhalb des hellgrünen abschneiden und einen kleinen Wurzelansatz daran lassen. Dunkelgrünes beiseite tun. Knoblauch abziehen und andrücken.

Gemüse mit Olivenöl, Salz und Zucker marinieren und kurz ziehen lassen. Cima di Rapa bei sehr starker Hitze von beiden Seiten in einem Bräter anbraten. Hitze reduzieren und Olivenöl, Zwiebeln, angebratenen Knoblauch und Lorbeer dazugeben.

Fenchel, Karotte und Sellerie in den Bräter legen und mit französischem Mineralwasser ablöschen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Backpapier auf die Größe des Bräters zuschneiden, auf das Schmor Gemüse legen und im Ofen garen.

**Für die Lorbeercreme:**

- 200 ml Milch
- 3 Lorbeerblätter
- 1 festkochende Kartoffel
- 1 kleiner Lauch
- 4 weiße Champignons
- 1 Amalfizitrone, davon der Abrieb
- 1 TL Stärke
- 2 EL Butter, zum Anbraten

Milch und Lorbeer in einem kleinen Topf aufkochen und 15 Minuten ziehen lassen. Milch durch ein Sieb geben und auffangen.

Kartoffel schälen und fein würfeln. Lauch und Champignons putzen und würfeln. Kartoffeln, Lauch und Champignons in aufgeschäumter Butter hellbraun anschwitzen, salzen, mit der Lorbeermilch ablöschen und mit Stärke cremig binden.

Mit Abrieb der Amalfizitrone abschmecken.

**Für die frittierte Artischocken:**

2 Artischocken  
2 Zehen lila französischer Knoblauch  
Salz, aus der Mühle

In einem Topf reichlich Öl auf 170 Grad erhitzen.

Die Artischockenböden am Stiel flach abbrechen, großzügig die äußeren Blätter entfernen und die Artischocken parallel zum Boden halbieren. Das Heu aus den Hälften mit einem Parisienneausstecher herausnehmen. Die Böden in einer Schüssel mit Zitronenwasser stehen lassen, damit sie sich nicht verfärben. (Dieser Schritt wird vorab von der Requisite erledigt!)

Die Artischockenböden auf einem V-Hobel in feine Scheiben hobeln. Angedrückten Knoblauch und einige Artischocken-Scheiben in einer Fritteuse goldgelb frittieren und auf Küchentrepp abtropfen lassen.

**Für die Zwiebel-Vinaigrette:**

1 süße italienische Zwiebel  
3 dicke Frühlingszwiebeln  
1 Amalfizitrone, davon die Filets  
1 Bund Fenchelgrün  
50 ml Weißweinessig  
25 g brauner Zucker  
1 TL Senfsaat  
30 ml Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und in 1½ x 1½ cm große Blättchen schneiden.

Aus 25 ml Essig, 25 ml Wasser, 25 g Zucker, Salz und Senfkörnern einen Sud aufkochen und die Zwiebeln darin ziehen lassen. Die Zitrone schälen und filetieren. Das dunkelgrüne der Frühlingszwiebeln und Fenchel fein schneiden.

Zwiebeln in ihrem Sud mit Essig, Olivenöl, Zitronenfilets, Lauchzwiebeln, etwas Saft der Schmortomaten, Fenchel-Fingern und -Grün sowie Pfeffer abschmecken.

**Für die Garnitur:**

1 Stange Meerrettich  
4 Zweige Thymian  
4 Zweige Dill  
4 Zweige Basilikum  
4 Zweige Melisse

Thymian, Dill und Melisse abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken. Basilikum abbrausen und trockenwedeln.

Den Meerrettich schälen und mit einem scharfen Messer hauchdünne Späne abschneiden.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Kräutern und Meerrettich garnieren und servieren.

**Zusatzzutaten Sarah Bünting:**  
*Kräuter der Provence*

*Sarah nutze die Kräuter der Provence, um ihre Schmortomaten zu würzen.*

**Zusatzzutaten Lars Baumeister:**  
*Kreuzkümmel*

*Mit dem Kreuzkümmel schmeckte Lars ebenfalls die Schmortomaten ab.*



**Zusatzgericht von Christian Lohse**

## Senior pomidor

**Zutaten für zwei Personen**

### Für die Tomaten:

10 sehr reife, wilde Tomaten  
 ½ TL Zucker  
 ½ TL Piment d'Espelette  
 Salz, aus der Mühle

Die Tomaten waschen, vom Strunk befreien und von Deckel und Boden befreien. Die Abschnitte zu Seite legen. Auf einen Teller Salz, Zucker und Piment d'Espelette verteilen und die Tomaten darauf setzen. Kräftig von oben würzen.

Etwa 20 Minuten bei Raumtemperatur stehen lassen.

### Für das Püree:

2 Mirinda-Tomaten  
 50 g Abschnitte der Tomaten (s.o.)  
 ½ TL Zucker  
 ½ TL Piment d'Espelette  
 3 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle

Die Mirinda-Tomaten waschen, vom Strunk befreien und vierteln. Die Tomaten mit den Abschnitten, Zucker, Piment d'Espelette und Salz in der Moulinette kräftig aufmixen.

Das Tomatenpüree mit Olivenöl vermengen, salzen und pfeffern.



## PROFI TIPP

Geben Sie Olivenöl immer erst zum Schluss zu Ihren Gerichten im Küchenmixer, da es sonst schnell dazu neigt, bitter zu werden.

### Für die Mayonnaise:

100 ml kaltgepresstes Pflanzenöl  
 1 Ei, davon das Eigelb  
 1 Zitrone, davon 1 EL Saft  
 1 TL Dijonsenf  
 ¼ TL Zucker  
 1 Prise grobes Meersalz

Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Ei, Zitronensaft, Senf und Salz in einer Schüssel mit einem Schneebesen cremig verrühren.

Das Öl in einem dünnen Strahl unter ständigem Rühren dazugeben und die Mayonnaise zu einer homogenen Creme aufschlagen.

### Für die Garnitur:

3 Zweige Estragon  
 3 Zweige Melisse

Estragon und Melisse abbrausen, trockenwedeln und zupfen.

Das Tomatenpüree auf einem tiefen Teller anrichten, einige Tomaten auf dem Püree verteilen und mit einigen Esslöffeln Mayonnaise und Kräutern garniert servieren.