

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 20. August 2018** ▪  
**Leibgericht mit Alfons Schuhbeck**



**Nancy Haas**

**Flammkuchen „Elsässer Art“ mit Friséesalat**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für den Flammkuchen:**

300g Mehl Type 405  
 3 EL Öl  
 5 EL Wasser  
 1 Prise Salz  
 2 Zwiebeln  
 120 g Schinkenspeck in Scheiben  
 70 g Crème fraîche  
 70 g Sahnequark  
 1 Ei  
 1 Muskatnuss  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 250 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das Mehl mit Öl, Salz und Wasser vermengen und zu einem Teig kneten. Falls nötig, noch ein bisschen Wasser dazugeben, bis der Teig schön gleichmäßig und elastisch ist.

Zwiebeln abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Schinkenspeck fein würfeln. Ei trennen. Eigelb mit Crème fraîche und Sahnequark mischen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Teig dünn ausrollen und auf ein Backblech mit Backpapier legen. Teig mit der Crème fraîche-Mischung bestreichen und mit Zwiebeln und Schinkenspeck belegen. Flammkuchen in den Ofen geben und für 10 Minuten kross backen.

**Für den Salat:**

1 Friséesalat  
 1 kleiner Radicchio  
 1 TL Dijonsenf  
 3 EL dunkler Balsamicoessig  
 1 EL flüssigen Honig  
 2 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Friséesalat und Radicchio waschen, trocken schleudern und auf Tellern verteilen.

Aus Senf, Olivenöl, Balsamicoessig, Honig, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette zubereiten und über den Salat geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Florian Schröder**

## **Selbstgemachte Tagliatelle mit Spargel-Kerbel-Sauce**

**Zutaten für zwei Personen**

- Für den Nudelteig:** Das Mehl mit dem Hartweizengrieß und etwas Salz vermischen. Öl und Eier hinzugeben und zu glattem Teig verkneten. Fertigen Teig in Frischhaltefolie wickeln und im Kühlschrank ruhen lassen.
- 100 g Hartweizengrieß  
100 g Mehl  
2 Eier (L)  
1 EL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle
- Für die Sauce:** Spargel waschen, untere Enden abschneiden und unteres Drittel schälen. Spargel schräg in 1 bis 2 cm lange Spalten schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken, Kerbel abbrausen, trockenwedeln und ebenfalls fein hacken.
- 500 g grüner Spargel  
2 Knoblauchzehen  
1 Bund Kerbel  
150 ml Sahne  
100 ml trockener Weißwein  
2 EL Olivenöl  
1 Prise Cayennepfeffer  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Olivenöl im Topf erhitzen. Knoblauch anschwitzen, Spargel hinzu geben und kurz mit braten. Mit Weißwein ablöschen und Sahne aufgießen. Zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen, bis Spargel bissfest durchgegart ist. Zum Schluss Kerbel hinzu geben und mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Christel Steinhoff**

## **Würzige Jägerpfanne mit Kartoffelrösti**

**Zutaten für zwei Personen**

- Für die Jägerpfanne:** Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden.  
 300 g Schweinefilet Frühlingszwiebeln waschen, von Enden befreien und in Ringe scheiden.  
 125 g braune Champignons Zwiebel abziehen und grob würfeln. Champignons und putzen und vierteln.  
 125 g Pfifferlinge Die Pfifferlinge ebenfalls putzen.  
 4 Frühlingszwiebel  
 ½ Zwiebel  
 1 EL Doppelrahm-Frischkäse Öl in einer Pfanne erhitzen, das Fleisch von allen Seiten kurz anbraten und herausnehmen. In derselben Pfanne Frühlingszwiebeln, Zwiebeln, Champignons und Pfifferlinge kurz anbraten und mit Sahne ablöschen.  
 100 ml Sahne Kurz aufkochen lassen, Frischkäse dazugeben und alles bei mittlerer Hitze für ca. 10 Minuten köcheln lassen. Anschließend den Senf einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.  
 1 TL mittelscharfer Senf  
 Rapsöl, zum Anbraten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Rösti:** Die Kartoffeln, waschen, schälen, reiben und in einem Küchentuch ausdrücken. In einer Schale die geriebene Kartoffel mit einem Ei vermengen und mit geriebener Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. Aus der Kartoffelmasse Rösti formen und in einer Pfanne mit Rapsöl goldbraun anbraten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.  
 3 festkochende Kartoffeln  
 1 Ei  
 1 Muskatnuss  
 Rapsöl, zum Anbraten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Garnitur:** Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken.  
 2 EL Preiselbeerkonfitüre Preiselbeerkonfitüre gegebenenfalls in einem Schälchen dazugeben.  
 ¼ Bund glatte Petersilie

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Tim Schiffer**

## **Entenbrust mit sommerlichem Gemüse, Mango und Süßkartoffelpüree**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Entenbrust:** Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

2 Barbarie Entenbrüste mit Haut à ca. 200 g  
 1 EL Honig  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Entenbrust waschen, trocken tupfen und eventuell von Federkiele befreien. Hautseite der Entenbrüste rautenförmig einritzen und mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne erhitzen und bei mittlerer Hitze die Hautseite der Entenbrust 3 Minuten anbraten, danach kurz die Fleischseite anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen, auf das Gitter des vorgeheizten Backofens legen und für ca. 20 bis 25 Minuten garen. Nach 10 Minuten Hautseite mit Honig bestreichen. Eventuell zwischendurch das Fleisch im Ofen wenden.

**Für das Gartengemüse:** Erbsenschoten aufschneiden und Erbsen heraus pulen. Zucchini und Frühlingszwiebeln waschen, von Enden befreien und schräg in 2 cm große Stücke schneiden. In einem mittleren Topf Wasser aufkochen und salzen. Erbsen, Zucchini und Zwiebeln 1-2 Minuten darin blanchieren und in einem Sieb mit Eiswasser abschrecken.

200 g Prinzessbohnen  
 150 g frische Erbsen  
 1 Zucchini  
 2 Frühlingszwiebeln  
 1 Knoblauchzehe  
 1 Mango  
 100 ml Orangensaft  
 20 g Cashewkerne  
 20 g Butter  
 ½ Zitronenthymian  
 1 getrocknete Chilischote  
 Olivenöl, zum Anbraten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Mango schälen, vom Stein befreien und in Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und fein würfeln. Zitronenthymian abbrausen, trocken wedeln und Blätter abzupfen.

In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen. Knoblauch anschwitzen, das blanchierte Gemüse bei starker Hitze dazugeben und mit Orangensaft ablöschen. Mango, Butter und Zitronenthymian nach 3 Minuten hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. In einer erhitzten Pfanne Cashewkerne anrösten, klein hacken und unter das fertig gegarte Gemüse geben.

**Für das Süßkartoffelpüree:** Kartoffeln schälen, grob würfeln und in Salzwasser garen. Ingwer schälen und fein würfeln. Nach 15 Minuten Kochzeit den Ingwer hinzufügen und weitere 2 bis 3 Minuten fertigkochen. Kartoffeln nach knapp 20 Minuten abgießen, kurz abkühlen lassen und Butter hinzufügen. Mit einem Kartoffelstampfer die Kartoffeln zu einer glatten Creme zerdrücken. Chili längs aufschneiden, von Kernen befreien, fein schneiden und zum Kartoffelstampf geben. Milch mit einem Schneebesen unter den Kartoffelstampf rühren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Katharina Zehentmair**

## **Zitronen-Risotto mit Lachs**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Zitronen-Risotto**

175 g Risottoreis  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
1 unbehandelte Zitrone  
450 ml Gemüsebrühe  
100 g Butter  
1/4 l trockenen Weißwein  
150 g Parmesan  
Pfeffer aus der Mühle  
Salz aus der Mühle  
2 Stiele Basilikum  
2 Zweige Zitronenthymian

Die Zwiebel abziehen, klein schneiden und in einem Topf mit Butter andünsten. Risottoreis dazu geben und mit andünsten.

Mit etwas Brühe aufgießen. Knoblauch abziehen, klein schneiden und dazu geben. Abwechselnd mit Wein und Brühe aufgießen und einkochen.

Parmesan reiben und kurz vor Ende der Garzeit unterheben.

Zitronenschale abreiben, anschließend halbieren und auspressen. Saft und Schale unter das Risotto heben. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Für den Lachs:**

250 g Lachsfilet mit Haut  
1 unbehandelte Zitrone  
2 EL Butter  
2 Zweige Zitronenthymian  
2 EL Mehl  
Pfeffer aus der Mühle  
Salz aus der Mühle

Zitrone halbieren und auspressen. Lachs waschen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. Mit Zitronensaft beträufeln, in Mehl wenden und in einer heißen Pfanne in Butter auf der Hautseite anbraten. Zitronenthymian waschen, trocken wedeln, klein schneiden und zum Fisch geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



## Dietmar Friton

### Aus dem Wok: Hähnchenbrust mit Spitzkohl und Enoki-Pilzen

#### Zutaten für zwei Personen

- Für die Hähnchenbrust:** Die Hähnchenbrust waschen, trocken abtupfen und in schmale Tranchen schneiden. Zitrone halbieren und auspressen. Eier und Sahne verquirlen.
- 1 Hähnchenbrustfilet, ohne Haut
  - ½ Zitrone
  - 2 Eier
  - 1 EL Sahne
  - 50 g Butterschmalz
  - 75 g Weizenmehl
  - 100 g Panko
  - 1 TL Meersalz
  - Öl, zum Anbraten
- Aus verquirltem Ei, Mehl und Pankomehl eine Panierstraße bereitstellen. Hähnchenbrust in Mehl, Ei und Panko wenden und in einer Pfanne mit Öl und Butterschmalz von beiden Seiten goldbraun ausbacken. Anschließend auf Küchenkrepp abtropfen und Zitronensaft darüber geben.
- Für das Wok-Gemüse:** Spitzkohl vom Strunk befreien, halbieren und in Streifen schneiden. Zwiebel abziehen und ebenfalls in Streifen schneiden. Cashewkerne in Öl und Butterschmalz anrösten und Spitzkohl, Zwiebeln, Kümmel, Kreuzkümmel und Rohrzucker dazugeben. Unter ständigem Rühren Spitzkohl und Zwiebeln karamellisieren, mit Weißwein und Fond ablöschen und Hitze reduzieren.
- 0,5 Spitzkohl
  - 100 g WOK-Nudeln
  - 2 cm Ingwer
  - 1 Zwiebel
  - 2 Knoblauchzehen
  - 1 Chilischote
  - 100 g Cashewkerne
  - 25 g Butterschmalz
  - 200 ml Gemüsefond
  - 100 ml trockener Weißwein
  - 1 TL Kreuzkümmel
  - 1 TL Kümmel
  - 1 EL brauner Rohrzucker
  - 1 TL Fleur de Sel
  - Neutrales Öl, zum Anbraten
  - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Ingwer schälen und reiben, Knoblauch abziehen und pressen. Ingwer und Knoblauch dazugeben. Mit Chili und Salz und Pfeffer würzen und für etwa 15 Minuten abgedeckt köcheln lassen. Anschließend Wok-Nudeln unterheben, innerhalb von 5 Minuten immer wieder umrühren, damit diese nicht festkleben.
- Für die Enoki-Pilze:** Die Enoki-Pilze putzen, in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 25 Enoki-Pilze
  - 1 EL Butterschmalz
  - 1 Msp. Fleur de Sel
  - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Deko:** Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und über das Gericht streuen.
- ¼ Bund Petersilie

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.