

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 16. März 2020** ▪
Leibgericht mit Nelson Müller



Timo Warnholz

Rehrücken mit Kräuterseitling-Risotto und Rote-Bete-Schaum

Zutaten für zwei Personen

Für den Rehrücken:

300 g Rehrücken
 50 ml Olivenöl
 1 Zweig Rosmarin
 2 Zweige Thymian
 1 Knoblauchzehe
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Eine Pfanne erwärmen und das Öl hinzufügen. Rehrücken waschen, trockentupfen, mit Pfeffer und Salz würzen und von allen Seiten scharf anbraten. Knoblauch abziehen und andrücken. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und mit Knoblauch in die Pfanne geben. Rehrücken in den Ofen gegeben, bis er eine Kerntemperatur von 52 Grad erreicht hat. Aus dem Backofen nehmen, ruhen lassen und vor dem Anrichten in Stücke schneiden.

Für den Rote-Bete-Schaum:

200 ml Rote-Bete-Saft
 4 g Sojalecithin

Rote Bete-Saft in eine Schüssel geben und Sojalecithin hinzufügen. Mit einem Rührstab verquirlen, bis ein roter Schaum entsteht. Der Schaum kann jederzeit neu aufgeschlagen werden. Optimal noch einmal kurz vor dem Anrichten.

Für das Seitlings-Risotto:

200 g Risottoreis
 150 g Kräuterseitlinge
 2 Schalotten
 100 g Parmesan
 1 Frühlingszwiebel
 150 ml trockener Weißwein
 1 L Wildfond
 50 ml Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Wildfond in einem Topf erhitzen. Schalotten abziehen und in kleine Stücke schneiden. 100 g Seitlinge in kleine Stückchen schneiden. Ca. 6 Seitlinge ganz lassen, um sie später als Deko benutzen zu können. Einen zweiten Topf erhitzen und das Olivenöl hineingeben. Schalotten darin anschwitzen, bis sie glasig sind. Risottoreis dazugeben und mit Weißwein ablöschen. Wenn der Wein gut eingekocht ist, mit einer Kelle nach und nach Fond dazugeben. Risotto durchgehend rühren. Nach der dritten Fondzugabe Seitlinge dazugeben und wieder mit Fond auffüllen. Frühlingszwiebeln von der Wurzel befreien, klein schneiden und hinzufügen. Risotto mit Salz und Pfeffer würzen. Parmesan reiben und unter das Risotto heben.



**PROFI
TIPP**

Wenn es trotz Lecithin mit dem Schaum nichts wird, kann ein bisschen Wärme helfen, die liebt das Lecithin.

Risotto auf Teller geben. Rehrücken auf das Risotto drapieren und mit Rote-Bete-Schaum garniert servieren.



Carina Mayer-Pendl

Schweinelendchen im Speckmantel mit Spätzle und glasierten Möhren

Zutaten für zwei Personen

Für die Spätzle:

200 g Mehl
50 g Weichweizengrieß
2 Eier
1 EL Speisesalz
2 EL Butter

Mehl, 125 ml Wasser, Grieß, Eier und Salz miteinander vermengen, gut durchschlagen und Teig kurz ruhen lassen. Salzwasser zum Kochen bringen und Teig mit der Spätzlespresse oder mit dem Brett hinein schaben, kurz aufkochen lassen, abschöpfen und abtropfen lassen. Butter in einer Pfanne erhitzen und Spätzle vor dem Servieren kurz darin schwenken.

Für die Lendchen:

325 g Schweinefilet
100 g Bacon
50 g Schinkenspeck
200 ml Sahne
50 ml Crème fraîche
100 ml Fleischfond
100 ml trockenen Weißwein
3 EL eingelegten grünen Pfeffer
1 EL Mehl
20 g kalte Butter
Rapsöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Schweinefilet waschen und trockentupfen. Baconscheiben überlappt auslegen, das Filet darauflegen, einrollen und mit Küchengarn oder mit Rouladennadeln fixieren. Filet ca. 6 Minuten von allen Seiten in einer Pfanne in Rapsöl kross anbraten, anschließend im Backofen bis zur Kerntemperatur von 58°C ziehen lassen. Bratensatz aufheben.

Schinkenspeck würfeln und im Bratsud der Schweinefilet-Pfanne anbraten. Mit Weißwein ablöschen und reduzieren lassen. Sahne und Fond dazu geben und weiter einkochen. Salzen und pfeffern und eingelegten grüner Pfeffer unterrühren. Am Ende kalte Butter untermixen und ggfs. mit Mehl abbinden.

Für die Möhren:

250 g junge Möhren mit Grün
1 Vanilleschote
20 g Butter
1 TL Honig
1 Prise Salz
125 ml Gemüsefond
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Möhren so putzen und schälen, dass noch ein kleines Stück vom Grün stehen bleibt. Vanilleschote der Länge nach halbieren und Mark herauskratzen. Butter mit Honig, Salz und Vanille in einem Topf erhitzen. Möhren darin unter Wenden anschwitzen. Fond dazugeben und bei geringer Hitze im offenen Topf kochen, bis die Flüssigkeit verdampft ist und die Möhren glänzen.



**PROFI
TIPP**

Für perfekt glasierte Möhren braucht es nicht nur Fett, sondern auch Wasser oder Fond. Wenn nämlich eine gleichmäßige Emulsion entsteht, bekommt man am Ende eine Möhre, die nicht nur durch das Fett glänzt.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Heinz Löhner

Frikadellen mit Kartoffelpüree und Buttergemüse

Zutaten für zwei Personen

Für die Frikadellen:

250 g gemischtes Hack
 1 Zwiebel
 1 Ei
 1 Knoblauchzehe
 2 TL Mehl
 1 EL Butter
 1 altbackenes Brötchen
 ½ TL mittelscharfer Senf
 ½ TL getrockneter Majoran
 Paprikapulver, zum Würzen
 Margarine, zum Anbraten
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
 Salz, aus der Mühle

Brötchen in Wasser einweichen. Zwiebel abziehen und eine Hälfte in feine Würfel schneiden und in Butter in einer Pfanne glasig anschwitzen. Knoblauch abziehen und fein schneiden. Ei, Knoblauch und Zwiebeln mit dem Hack vermischen und mit Paprikapulver, Majoran, Senf, Salz und Pfeffer würzen. Brötchen ausdrücken und mit dem Hack vermengen. Aus der Masse Bällchen formen, eventuell in Mehl wälzen und in Margarine in einer Pfanne scharf anbraten. 1-2 Mal wenden und ca. 10-15 Minuten garen lassen.

Für das Kartoffelpüree:

300 g mehligkochende Kartoffeln
 150 g Butter
 125 ml Milch
 1 Muskatnuss
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
 Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in einem Topf mit Salzwasser gar kochen. Milch in einem Topf erhitzen. Kartoffeln abgießen, durch die Presse drücken und mit Milch und Butter zu einem Püree verrühren. Mit Muskat und Salz und Pfeffer würzen.

Für das Buttergemüse:

2 Möhren
 200 g Zuckerschoten
 2 Frühlingszwiebeln
 30 g Butter
 20 g Butterschmalz
 ½ Bund krause Petersilie
 1 Prise Salz
 1 Prise Zucker

Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Zuckerschoten waschen, Stielansätze abschneiden und Fäden an der Seite abziehen. Zuckerschoten in kochendem Salzwasser 4 Minuten köcheln lassen und anschließend mit kaltem Wasser abschrecken. Frühlingszwiebeln von der Wurzel befreien, in Ringe schneiden und zusammen mit den Möhren in einer Pfanne in Butterschmalz dünsten. Salz und Zucker mit in die Pfanne geben, 2 Esslöffel Wasser dazugeben und 10 Minuten garen lassen. Abschließend mit Butter zum Glänzen bringen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und über das Gemüse streuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Nicole Elbracht

Pizza Hawaii und Wildkräutersalat mit karamellisiertem Schinken

Zutaten für zwei Personen

Für den Teig:

200 g Weizenmehl Typ 550
6 g frische Hefe
1 EL Olivenöl
½ TL Backpulver
1 TL Zucker
Salz, aus der Mühle

Mehl, Hefe, Zucker, Olivenöl, Backpulver und Salz mit 100 ml Wasser in der Küchenmaschine bei mittlerer Geschwindigkeit verkneten, bis sie sich zu einem Teig verbunden haben, dann nochmals 3 Minuten bei niedriger Geschwindigkeit weiterkneten.

Für die Barbecue-Sauce:

1 EL Olivenöl
1 kleine rote Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 ½ TL Pimenton (geräuchertes Paprikapulver)
½ EL brauner Zucker
½ EL Worcestersauce
250 g passierte Tomaten

Für die Barbecue-Sauce das Öl in einer großen Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen. Zwiebel abziehen, halbieren und fein hacken. Knoblauch abziehen und fein hacken. Beides in die Pfanne geben und 2-3 Minuten unter Rühren anbraten, bis sie weich geworden sind. Pimenton und Zucker unter Rühren rund eine Minute mitbraten. Worcestersauce und passierte Tomaten hinzufügen und 10-12 Minuten unter Rühren köcheln, bis die Sauce um etwa ein Drittel eingekocht ist. Vom Herd nehmen und beiseitestellen.

Für die Ananas-Salsa:

1 rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 lange grüne Chilischote
150 g abgetropfte Ananasstücke, aus der Dose
125 g Tomaten
1 Limette
35 g ungesalzene Erdnüsse, ohne Schale
3 Zweige Koriander
3 Zweige Minze
Meersalz
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel und Knoblauch abziehen, halbieren und je eine Hälfte fein hacken. Chili der Länge nach halbieren, entkernen und eine Hälfte fein würfeln. Ananasstücke fein hacken. Tomaten fein würfeln. Eine Hälfte der Limettenschale reiben. Erdnüsse hacken. Koriander und Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Für die Ananas-Salsa alle Zutaten in einer Schüssel mischen und mit Meersalz und Pfeffer würzen. In einem Sieb beiseitestellen, damit überflüssige Flüssigkeit abtropfen kann.

Für den Belag:

125 g Büffelmozzarella
4 dünne Scheiben Schinken
Olivenöl, zum Beträufeln
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Backofen auf 250 Grad Umluft vorheizen.

Mozzarella in Scheiben schneiden. Pizzateig auf ein mit Öl eingefettetes Pizzablech legen und sanft mit den Händen auseinanderziehen, so dass der Teig das Pizzablech vollständig bedeckt. Barbecue-Sauce gleichmäßig auf den Teigboden verteilen. 1/3 der Ananas-Salsa ebenfalls auf den Boden verteilen. Mit Mozzarella und Schinken belegen und mit Öl beträufeln. Im Ofen 6-8 Minuten backen, bis die Teigränder eine goldbraune Färbung aufnehmen. Großzügig mit schwarzem Pfeffer übermahlen und die übrige Ananas-Salsa dazu reichen.

Für den Wildkräutersalat:

100 g Wildkräutersalat

Eine Vinaigrette aus Olivenöl, Weißweinessig, Orangensaft, Senf, Zucker und Salz und Pfeffer herstellen.

(Beispiel: Portulak, roter Sauerampfer,
Pimpinelle, Bronzefenchel)

½ eingelegte Rote Bete

1 EL Olivenöl

2 EL Weißweinessig

2 EL Orangensaft

1 EL süßer Senf

75 g luftgetrockneter Schinken

100 ml Ahornsirup

100 g brauner Zucker

1 Prise Zucker

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salat waschen und trockenwedeln. Rote Bete würfeln, dazugeben und alles mit der Vinaigrette vermischen.

Schinken in breite Streifen schneiden und auf einem Blech mit Backpapier verteilen. Streifen mit Ahornsirup beträufeln und mit braunem Zucker bestreuen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad für 15 min goldbraun knusprig werden lassen.

Pizza Hawaii auf Tellern anrichten. Wildkräutersalat daneben geben und Schinken darauf drapieren.



André Besel

Lachs mit Sekt-Limetten-Sahnesauce, Safranreis und Gemüse

Zutaten für zwei Personen

Für den Lachs:

2 Lachsfilets à 150 g, mit Haut
1 Limette
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Limetten halbieren und auspressen. Lachs waschen, trockentupfen und mit Limettensaft beträufeln. Salzen und pfeffern. Lachsfilet in Olivenöl in einer Pfanne auf der Hautseite braten, umdrehen und ziehen lassen.

Für die Sauce:

1 Limette
1 Schalotte
125 ml halbtrockener Sekt
125 ml Sahne 7%
½ Bund Dill
½ Bund Thymian
Neutrales Öl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen, fein würfeln und in einer Pfanne in Öl anbraten. Mit Sekt ablöschen und einkochen lassen. Limette halbieren und auspressen. Sauce mit Limettensaft und Sahne ablöschen und reduzieren lassen. Thymian und Dill abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Sauce mit Salz, Pfeffer, Dill und Thymian abschmecken.

Für das Gemüse:

1 rot Paprika
1 Zucchini
1 Limette
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Paprika halbieren, von den Scheidewänden und Kernen entfernen und in Streifen schneiden. Zucchini waschen, die Enden abschneiden und Zucchini in Scheiben schneiden. Paprika und Zucchini in einer Pfanne in Olivenöl anbraten. Limette halbieren und auspressen. Gemüse mit Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Reis:

60 g Langkornreis
2 EL Olivenöl
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 EL Safranpulver
6 Safranfäden, für die Garnitur
Salz, aus der Mühle

Zwiebel und Knoblauch abziehen und klein hacken. Safranpulver in ½ Liter kaltem Wasser auflösen. Reis, Öl, Salz, Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und in einen Topf füllen. Einmal kurz aufkochen lassen und bei mittlerer Hitze im geschlossenen Topf 20 Minuten gar ziehen lassen. Reis mit Safranfäden garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.