

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 05. August 2020 ▪  
Tagesmotto „Europäische Klassiker“ mit Alfons Schuhbeck



Lily Meier

**Spanien: Paella**

Zutaten für zwei Personen

**Für die Paella:**

100 g Paella Reis (Bomba)  
50 g Erbsen aus der Dose  
1 Zwiebel  
100 ml stückige Tomaten aus der Dose  
350 ml Hühnerfond  
1 Zweig Rosmarin  
2 TL gemahlener Safran

Die Zwiebeln abziehen, hacken und mit den stückigen Tomaten in der Pfanne anrösten. Erbsen hinzugeben und mit Hühnerfond ablöschen. Reis hinzugeben. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, klein hacken und mit Safran in den Reis geben. 10 Minuten stark kochen lassen, anschließend ca. 5-10 Minuten bei schwacher Hitze weiter kochen lassen. Zuletzt vom Herd nehmen und circa 5 Minuten ziehen lassen.

**Für das Fleisch und die Meeresfrüchte:**

2 Kaninchenschenkel ohne Knochen  
3 Riesengarnelen mit Schale  
3 küchenfertige Garnelen  
3 küchenfertige Calamaretti  
Olivenöl, zum Anbraten

Kaninchen waschen und trockentupfen. In einer Pfanne in Öl scharf anbraten. Die Garnelen ebenfalls waschen, trockentupfen und möglicherweise entdarmen. Calamaretti putzen, waschen, trockentupfen und in Ringe schneiden. Tentakel abtrennen und mit den Calamaretti-Ringen und den Garnelen in einer Pfanne in Öl anbraten.

Kaninchen, Calamaretti, Garnelen mit und ohne Schale mit dem Reis in einer Paella Pfanne anrichten und die Tentakeln zum Garnieren verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Helga Schneider**

## **Frankreich: Bouillabaisse mit Rouille und geröstetem Baguette**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für die Bouillabaisse:**

- 1 Staudensellerie
- 50 g weiße Champignons
- ½ kleine Fenchelknolle
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zwiebel
- ½ Bund Frühlingszwiebeln
- 50 g Cocktailtomaten
- 500 ml Fischfond
- 500 ml Gemüfefond
- 2 EL französischer Wermut
- 1 TL Anislikör
- 4 Safranfäden
- 1 TL Tomatenmark
- 1 Zweig Thymian
- 1 EL Olivenöl

Die Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Sellerie und Fenchel putzen und in feine Scheiben schneiden. Alles zusammen im Olivenöl mit Tomatenmark andünsten. Mit Wermut ablöschen und den Fond angießen. Das Gemüse darin 10-15 Minuten bissfest garen.

Die Frühlingszwiebeln putzen und schräg in 1 cm breite Ringe schneiden. Cocktailtomaten waschen und vierteln. Champignons putzen und vierteln. Knoblauch abziehen und die Hälfte fein hacken. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Frühlingszwiebeln, Cocktailtomaten und Champignons zusammen mit den Safranfäden, Knoblauch und dem Thymian in die Suppe zum Gemüse geben und bei geringer Temperatur ziehen lassen. Zum Schluss den Anislikör dazugeben und den Thymianzweig entfernen.

### **Für die Muscheln:**

- 150 g Venusmuscheln

Muscheln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten und geöffnete Muscheln aussortieren. Einen Topf mit Wasser aufsetzen. Die Muscheln ins kochende Wasser geben und ca. 3 Minuten kräftig sprudelnd kochen lassen. Muscheln mit dem Schaumlöffel herausheben und noch geschlossene Exemplare aussortieren. Anschließend die Muscheln aus den Schalen lösen und kurz vor dem Servieren in die Suppe geben.

### **Für die Garnelen und Fische:**

- 4 küchenfertige Garnelen
- 150 g Rotbarbenfilet, ohne Haut
- 150 g Seeteufelfilet, ohne Haut
- 150 g Knurrhahnfilet, ohne Haut
- Salz, aus der Mühle

Die Garnelen waschen, trockentupfen und längs halbieren.

Die Fischfilets waschen, trocken tupfen und in mundgerechte Stücke schneiden.

In einem Topf Salzwasser aufkochen, vom Herd nehmen und die Garnelen und Fischstücke darin 1 bis 2 Minuten ziehen lassen. Mit dem Schaumlöffel herausnehmen und in die Suppe zum Gemüse geben.

### **Für die Rouille mit Baguette:**

- ½ Baguette
- 1 Knoblauchzehe
- 100 g Crème fraîche
- 1 EL Gemüfefond
- 4 Safranfäden
- Mildes Chilisalز, zum Würzen
- 3 EL Olivenöl

Für die Rouille den Gemüfefond kurz erwärmen und den Safran im warmen Fond einige Minuten ziehen lassen. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Crème fraîche mit der entstandenen Safranbrühe, dem Knoblauch und 1 EL Olivenöl verrühren und mit Chilisalز würzen.

Kurz vor dem Servieren Baguette in Scheiben schneiden und in einer Pfanne in dem übrigen Olivenöl bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten goldbraun rösten.

Bouillabaisse in tiefen Tellern anrichten, die Rouille in ein Schälchen geben und mit Baguette zusammen servieren.



**Lioba Stalter-Murda**

## Österreich: Wiener Schnitzel mit Kartoffelsalat

Zutaten für zwei Personen

### Für das Schnitzel:

- 2 Kalbsschnitzel von der Oberschale, à 160 g
- 1 Zitrone
- 4 Sardellenfilets, in eigenem Saft
- 9 Kapern, in eigenem Saft
- 2 Eier
- 50 ml Schlagsahne
- 150 g Butterschmalz
- 100 g Semmelbrösel
- 25 g Mehl
- 1 EL Sonnenblumenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schnitzel waschen und trockentupfen. Das Öl zwischen zwei Klarsichtfolien verteilen, Schnitzel zwischen die Folien legen und ca. 3-5 Millimeter plattklopfen. Fleisch von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen.

Mehl sieben und die Eier verquirlen. Sahne halb steif schlagen. Verquirltes Ei und halb geschlagene Sahne vermengen. Eine Panierstraße aus Mehl, Ei-Sahne-Mischung und Semmelbröseln aufstellen. Danach die Schnitzel zunächst in Mehl wenden, durch die Ei-Sahne-Mischung ziehen und schließlich mit den Bröseln panieren.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin von jeder Seite etwa 1 ½ Minuten goldgelb frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Zitrone in Scheiben schneiden. Schnitzel mit Zitrone, Sardellen und Kapern garnieren.

### Für den Kartoffelsalat:

- 4 kleine, mehligkochende Kartoffeln
- 70 g Speck, am Stück
- 4 Gewürzgurken
- 1 rote Zwiebel
- 20 g Kürbiskerne
- 1 TL grober Senf
- 1 L Gemüsefond
- 10 ml Branntweinessig
- 1 Bund krause Petersilie
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, in Salzwasser garen und abgießen. Speck am Stück in einer Pfanne auslassen, dann wieder aus der Pfanne nehmen. Zwiebel abziehen, fein hacken, mit in die Pfanne geben und andünsten. Mit Gemüsefond ablöschen und mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. Kartoffeln in Scheiben schneiden und kurz im Gemüsefond ziehen lassen. Dann alles in eine Schüssel geben. Gewürzgurken klein schneiden und mit dem Senf zu den Kartoffeln geben. Alles gut vermengen.

Kürbiskerne grob hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Kürbiskerne und Petersilie kurz vor dem Servieren unter den Salat heben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Mattan Shelomo**

## **Polen: Krokiety - Panierte Pfannkuchen mit Hackfleischfüllung und Champignon-Sauce**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für die Champignon-Sauce:**

200 g braune Champignons  
1 Zwiebel  
250 ml Sahne  
1 EL Rinderfond  
1 Zweig glatte Petersilie  
1 Muskatnuss  
15 g Butter  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel abziehen, klein hacken und im Öl glasig anschwitzen. Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Nach 5 Minuten mit Rinderfond und Sahne ablöschen. Etwas Butter hinzufügen und mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Die Sauce kochen lassen, bis sie etwas eingedickt ist. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und zum Garnieren verwenden.

### **Für den Pfannkuchen-Teig:**

1 Ei  
125 ml Milch  
125 ml Mineralwasser  
110 g Weizenmehl  
15 g Butter, zum Anbraten

Ei, Milch und Mineralwasser in einer Schüssel vermengen. Das Mehl durch ein Sieb in die Schüssel sieben und in die Masse einrühren.

Eine Pfanne mit Butter erhitzen und mit einer Kelle eine Portion Teig in die heiße Pfanne geben. Die Pfannkuchen auf jeder Seite circa eine halbe Minute braten. Die fertigen Pfannkuchen auf einem Teller aufeinander stapeln.

### **Für die Füllung:**

250 g Rinderhackfleisch  
1 Zwiebel  
4 Knoblauchzehen  
1 Muskatnuss  
Rosenscharfes Paprika, zum Abschmecken  
Kreuzkümmel, zum Abschmecken  
60 ml Sonnenblumenöl

Zwiebel und Knoblauch abziehen und klein hacken. Zwiebel in Öl glasig anschwitzen und das Hackfleisch und den Knoblauch dazugeben. Alles anbraten, bis das Hackfleisch braun und saftig ist. Anschließend das Hackfleisch mit Muskat, Paprikapulver und Kreuzkümmel abschmecken. Die Pfannkuchen mit dem Hackfleisch belegen und einrollen.

### **Für die panierten Pfannkuchen:**

1 Ei  
50 g Mehl  
100 g Paniermehl  
Neutrales Öl, zum Braten

Eine Panierstraße mit Mehl, verquirltem Ei und Paniermehl aufstellen. Die gefüllten Pfannkuchen-Röllchen zunächst in Mehl wälzen, danach durch das verquirlte Ei ziehen und im Paniermehl erneut wälzen. Die panierten Pfannkuchen in einer Pfanne mit Öl ausbacken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 05. August 2020 ▪  
**Zusatzgericht von Alfons Schuhbeck**



### Bouillabaisse

#### Zutaten für zwei Personen

#### Für die Bouillabaisse:

- 4 Wolfsbarschfilets à ca. 35 g, ohne Haut
- 4 Seeteufelmedaillons à ca. 35 g, ohne Haut
- 4 Riesengarnelen, in der Schale
- 1 Stange Sellerie
- ½ Fenchelknolle
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 cm Ingwer
- 400 ml Gemüsefond
- Anislikör, zum Abschmecken
- 1 TL Safranfäden
- 2 Blättchen Estragon
- Fenchelkörner, aus der Mühle
- Mildes Chilisalz, zum Würzen
- 2 TL Olivenöl zum Beträufeln
- Neutrales Öl, zum Anbraten

Die Garnelen schälen. Schalen waschen, trockentupfen und beiseitelegen. Garnelen entdarmen und klein schneiden.

Garnelenschalen in Öl bei mittlerer Hitze für einige Minuten andünsten. Mit Fond ablöschen und 5 bis 10 Minuten ziehen lassen, anschließend durch ein Sieb passieren und den Sud dabei auffangen.

Safranfäden in ca. 1 EL Wasser geben. Fenchel putzen und in ca. 0,5 cm große Würfel schneiden. Sellerie waschen, trockentupfen, ggf. von Fäden befreien und klein schneiden. Zwiebel abziehen und ebenfalls in ca. 0,5 cm große Würfel schneiden.

Fenchel, Sellerie und Zwiebel in einem Topf mit etwas Öl glasig anschwitzen. Dann mit dem Sud der Garnelenschalen ablöschen und Safranfäden dazugeben.

Garnelenstücke in die Suppe geben. Wolfsbarsch und Seeteufel waschen, trockentupfen und klein schneiden, dann ebenfalls in die Suppe geben. Fisch knapp unter dem Siedepunkt ein paar Minuten glasig ziehen lassen. Alles mit Fenchel aus der Mühle, Anislikör und Chilisalz abschmecken. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Ingwer reiben. Knoblauch und Ingwer zur Suppe geben.

Zum Schluss Estragon abbrausen, trockenwedeln, klein hacken und hineingeben. Beim Anrichten nach Belieben mit etwas Olivenöl beträufeln und mit einer übrigen Garnele garnieren.

Das Gericht in tiefen Tellern anrichten und servieren.