

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 17. September 2020 ▪
Warenkorb „Wirsing, Kokosnuss, Koriander(grün)“ mit Johann Lafer

3 Pflichtzutaten:

Wirsing
Kokosnuss
Koriander (grün)

Zusätzlicher Warenkorb:

Fünf-Gewürze-Pulver
Räuchertofu
Hähnchenbrust
Shiitake
Walnüsse
Sojasauce

Basics

Eier	Sahne	Milch
Butter	Mehl	Stärke
Schalotten	weiße Zwiebeln	rote Zwiebeln
Ingwer	Knoblauch	Zitrone Limette Orange
Rotwein	Weißwein	Weißweinessig
Honig	Senf	Gemüse-, Fleisch- und Fischfond
Olivenöl	neutrales Öl	Parmesan
Muskatnuss	Lorbeer	Thymian
Rosmarin	Petersilie	Chili, aus der Mühle
Zucker	Salz	Schwarzer Pfeffer
Backpulver	Paniermehl	Butterschmalz
Eiswasser		



Daniel Bürger

Hähnchenfarce im panierten Wirsing-Mantel mit Kokos-Salsa und Koriander

Zutaten für zwei Personen

Für den Wirsing:

2 Hähnchenbrüste, à 150 g, ohne Haut
 1 Wirsingkopf
 50 ml Schlagsahne
 1 Ei
 ½ Bund Koriander
 100 g Paniermehl
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die großen Blätter vom Wirsingkopf abtrennen, in heißem Wasser blanchieren und mit kaltem Wasser abschrecken.

Hähnchenbrust waschen, trockentupfen und würfeln.

Ei trennen und Hähnchen mit Eiweiß und Sahne zu einer Farce in der mixen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Koriander abbrausen, trockenwedeln, klein schneiden und dazugeben. Ein wenig Koriander für die Salsa zur Seite legen. Wirsingblätter mit der Farce bestreichen. Die 2. Hälfte der Hähnchenbrust in dünne Scheiben schneiden, auf die Farce legen und einrollen. In Paniermehl wenden und anschließend in einer Pfanne in Öl anbraten.

Für die Salsa:

1 geöffnete Kokosnuss
 1 Schalotte
 100 ml Gemüsefond
 100 ml Kokoswasser
 2 TL Walnüsse
 1 TL Honig
 Chili, aus der Mühle
 Salz, aus der Mühle
 Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und fein hacken. Kokosnussfleisch aus der Nuss heraustrennen und fein würfeln.

Schalotten in einem Topf mit Gemüsefond und Kokoswasser erhitzen, die Hälfte der Kokoswürfel dazu geben und köcheln lassen. Mit Honig, Chili, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Salsa abkühlen lassen.

Die restlichen Kokosnussstücke und Walnüsse in Honig in einer Pfanne kandieren. Abschließend mit Koriander dekorieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Reinhard Billig

Hähnchen-Shiitake-Spieße mit Kokos-Wirsinggemüse und karamellisierten Kokoswürfeln

Zutaten für zwei Personen

Für das Wirsing-Gemüse:

- 1 Kopf Wirsing
- 1 Zwiebel
- 1 daumengroßes Stück Ingwer
- 1 Bund Koriander
- 200 ml Kokoswasser
- 1 EL Kokosraspel
- 2 EL Sojasoße
- 1 Prise Fünf-Gewürze-Pulver
- Neutrales Öl, zum Braten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die äußeren großen Blätter des Wirsings entfernen und mit kaltem Wasser waschen.

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Blätter in kochendem Wasser kurz blanchieren, wieder aus dem Wasser nehmen, in Eiswasser abschrecken und in einem Sieb abtropfen lassen.

Den restlichen rohen Wirsingkopf in feine Streifen schneiden, ebenso wie die blanchierten Blätter.

Zwiebel abziehen und Ingwer schälen. Beides in feine Würfel schneiden. Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin anschwitzen.

Anschließend den Ingwer, und die Wirsingstreifen hinzufügen. Mit Sojasoße und einem Schuss kaltem Wasser ablöschen.

Kokosraspeln über den Wirsing geben. Kokoswasser zu den Wirsingstreifen in den Topf geben und alles erneut aufkochen. Hitze reduzieren und etwas schmoren lassen.

Koriander hacken, ein paar Blätter für die Garnitur zurückbehalten, den Rest in den Topf geben. Mit etwas Fünf-Gewürze-Pulver abschmecken. Bei kleiner Hitze das Wirsinggemüse etwa 10 Minuten köcheln lassen bis die Kokosmilch eingekocht ist.

Für die Hähnchenspieße:

- 1 Hähnchenbrust
- 1 kleine Zwiebel
- 4 Shiitakepilze
- 1 Limette
- 150 ml Sojasauce
- 1 daumengroßes Stück Ingwer
- 1 TL Fünf-Gewürze-Pulver

Die Hähnchenbrust in ca. 3x3 cm große Würfel schneiden, salzen und pfeffern.

Shiitakepilze je nach Größe evtl. halbieren.

Ingwer schälen und fein hacken. Etwas Schale der Limette abreiben und dann auspressen. Sojasauce in einem kleinen Topf erhitzen, Ingwer, Limettenabrieb und etwas -saft, sowie Fünf-Gewürze-Pulver hinzugeben und etwas einkochen.

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin anschwitzen. Hähnchenstücke und Shiitakepilze hinzugeben, mit dem eingekochten Soja-Sud bestreichen und etwa 4-5 Minuten garen lassen. Abwechselnd Hähnchenstücke und Pilze auf Holzspieße stecken und mit Korianderblättern garnieren.

Für die Kokoswürfel:

- 1 Kokosnuss
- 150 g Zucker

Mit einem Messer das Fruchtfleisch aus der Kokosnuss heraustrennen. Die braune Haut mit einem Sparschäler entfernen. Das Fruchtfleisch in Würfel schneiden.

Zucker in einer Pfanne erhitzen und etwas Wasser hinzufügen, so dass der Zucker bedeckt ist. Wenn die Mischung schäumt die Kokoswürfel hineingeben. Solange rühren bis kein Wasser mehr vorhanden ist und die Kokoswürfel leicht karamellisiert sind. Die Pfanne vom Herd ziehen, kurz abkühlen lassen und in einer extra Schale servieren. Das Gericht in Schüsseln anrichten, die Hähnchenspieße obenauf legen und zusammen mit den Kokoswürfeln servieren.



Maximilian Hensel

Kokos-Koriander-Suppe in der Nussschale mit asiatischem Wirsing-Räuchertofu-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für die Kokos-Koriander-Suppe:

2 geöffnete Kokosnüsse
3 Schalotten
30 g Ingwer
1 weiße Zwiebel
3 Knoblauchzehen
1 Zitrone
1 Orange
Butter, zum Braten
100 ml Sahne
1 Liter Gemüsefond
200 ml Kokoswasser
2 TL Honig
2 Bund Koriander
Fünf-Gewürze-Pulver, zum Abschmecken
1 Muskatnuss
Chili, aus der Mühle
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Kokosfleisch aus den Nüssen kratzen und beiseitestellen. Nicht alles herauskratzen, so dass aus den Kokoshälften noch Schüsseln hergestellt werden können.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Zwiebel und Schalotten abziehen und fein würfeln. Kokosfleisch ebenso in Würfel schneiden.

Butter in einem Topf erhitzen und Zwiebeln, Schalotten und Knoblauch darin glasig dünsten, Kokoswürfel dazu geben und mit Gemüsefond ablöschen. Danach Sahne zugeben. Alles ein wenig köcheln und reduzieren lassen.

Koriander abbrausen, trockenwedeln und zupfen. Kokoswasser und Korianderstiele mit hinzugeben und weiter reduzieren lassen. Nach ca. 20 Minuten die Suppe mit einem Pürierstab pürieren. Ingwer reiben und mit in die Suppe geben und weiter köcheln lassen.

Etwas Orangenschale abreiben, dann die Orange halbieren und auspressen. Zitrone halbieren und auspressen. Suppe mit Honig, Salz, Pfeffer, Fünf-Gewürze-Pulver, Zitronensaft, Orangensaft und -abrieb, Muskatnuss und Chili abschmecken. Suppe durch ein Sieb passieren mit fein gehacktem Koriander bestreuen.

Für den Wirsingsalat:

50 g Räuchertofu
250 g Wirsing
1 Knoblauchzehe
1 rote Zwiebel
1 Orange
1 Limette
2 cm Ingwer
1 TL Honig
2 TL Sojasauce
2 EL Weißweinessig
10 g Koriander
1 EL Olivenöl
Fleur de Sel
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Fünf-Gewürze-Pulver

Wirsing kurz in Salzwasser blanchieren und danach sofort in Eiswasser abschrecken. Anschließend die Wirsingblätter in feine Streifen schneiden.

Orange halbieren und eine Hälfte auspressen. Die zweite Hälfte filetieren. Aus Sojasauce, Weißweinessig, Orangensaft und -abrieb, Honig, geriebenem Ingwer und Fünf-Gewürze-Pulver eine Vinaigrette herstellen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Zwiebel abziehen und in feine Streifen schneiden.

Wirsing, Zwiebeln, Orangenfilets und die Vinaigrette miteinander vermengen und ziehen lassen.

Tofu sehr fein würfeln und in einer Pfanne mit etwas Olivenöl sehr scharf anbraten (sie müssen knusprig werden). Tofu mit Salz, Pfeffer und Fünf-Gewürze-Pulver abschmecken.

Tofuwürfel unter den Salat heben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

▪ Die Küchen Schlacht – Menü am 17. September 2020 ▪
Zusatzgericht von Johann Lafer



Gefüllte Wirsingröllchen "Asia-Style"

Zutaten für zwei Personen

- | | |
|---|---|
| <p>Für die Röllchen:
 1 Hähnchenbrust
 50 g Räuchertofu
 1 kleiner Kopf Wirsing
 8 Shiitakepilze
 1 Schalotte
 2 Knoblauchzehen
 1 Chilischote
 1 Zweig Koriander
 ½ TL Fünf-Gewürze-Pulver
 1 Prise Chilipulver
 Paprikapulver
 4 Zweige Thymian
 1 Zweig Rosmarin
 100 ml Geflügelfond
 Butter, zum Anbraten
 2 EL Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle</p> | <p>Den Ofen auf 160 Grad Ober- /Unterhitze vorheizen.
 Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.
 Vier große Blätter des Wirsingkopfes ablösen, waschen, den Strunk herausschneiden und in kochendem Salzwasser ca. 2 Minuten blanchieren. Danach in Eiswasser abschrecken und zwischen Küchenpapier leicht plattieren.
 Pilze putzen, von den Stielen befreien und nur die Kappen verwenden.
 Sesamöl und Butter in einer Pfanne erhitzen. Rosmarin und die Hälfte des Thymians im Ganzen hineingegeben, ebenso die Pilzkappen und bei niedriger Hitze langsam garen.
 Hähnchenbrust waschen und trockentupfen.
 Schalotte und zwei Knoblauchzehen abziehen. Chilischote putzen, halbieren und nur eine Hälfte verwenden. Korianderblätter abbrausen und trockenwedeln. Schalotte, Knoblauchzehen und Koriander, Chili, Tofu und Hähnchenbrust mit Hilfe eines großen Messers auf einem Schneidebrett in gleichmäßige, grobe Würfel hacken. Kräftig mit Fünf-Gewürze-Pulver und Chili abschmecken.
 Die Masse gleichmäßig auf vier Wirsingblättern verteilen, jeweils zwei Shiitake-Pilze darauflegen und zu Rollen einschlagen.
 Olivenöl und Butter in einer Pfanne erhitzen und die Wirsingrollen darin von allen Seiten anbraten. Nach ca. 5 Minuten etwas Fond und den restlichen Thymian dazu geben und mit geschlossenem Deckel zu Ende garen.
 Vor dem Servieren nochmals leicht mit Salz würzen.</p> |
|---|---|

Für die Sauce: Kokosfleisch aus der Schale lösen und grob hacken.
½ Kokosnuss Sesamöl in einer Pfanne erhitzen.
1 große Schalotte Schalotte und Knoblauch abziehen, grob hacken und im heißen Sesamöl
2 Knoblauchzehen anschwitzen. Currypaste und Kokosfleisch dazugeben und leicht
1 kleine Chilischote mitrösten. Mit Geflügelfond und Kokosmilch aufgießen und köcheln
1 TL gelbe Currypaste lassen. Chilischote der Länge nach aufschneiden, ein Hälfte putzen und
200 ml Kokosmilch fein hacken und dazugeben.
100 ml Geflügelfond Das Ganze fein mixen und durch ein Sieb gießen. Mit Salz, Pfeffer und
1 EL Sojasauce Sojasauce abschmecken und vor dem Servieren erneut aufmixen.
2 Zweige Koriander Koriander abbrausen, trockenwedeln und zupfen und kurz vorm
2 EL Sesamöl Servieren darüber geben.
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle



**PROFI
TIPP**

Zu diesem Gericht empfiehlt Johann Lafer Basmatireis.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.