

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 20. Juli 2021 ▪
Vorspeise mit Alfons Schuhbeck



Daniela Darr

Zander mit Brotkruste und Rote-Bete-Gemüse

Zutaten für zwei Personen

Für das Gemüse:

1 mittelgroße vorgegarte Rote Bete
 ½ Birne
 ½ Bund Lauchzwiebeln
 50 g Butter
 75 ml Gemüsefond
 2 EL Rotweinessig
 ½ TL Dijonsenf
 3 EL Olivenöl
 Zucker, zum Abschmecken
 Mildes Chilisalz, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Die Rote Bete halbieren und in Scheiben hobeln. Birne waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in dünne Spalten schneiden.

Frühlingszwiebeln putzen, waschen und schräg in ca. 2 cm lange Stücke schneiden. In Salzwasser ca. 1 Minute bissfest blanchieren. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Braune Butter in einer Pfanne herstellen und die Birnenspalten darin bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten anbraten. Die Frühlingszwiebeln hinzufügen, kurz mitbraten und mit Chilisalz und Pfeffer würzen.

Gemüsefond mit Essig, Senf und Olivenöl mischen, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Rote Bete untermischen und einige Minuten ziehen lassen. Nach Belieben nachwürzen.

Für den Zander:

2 Zanderfilets, à 100 g, ohne Haut
 ½ Baguette
 50 g Butter
 2 Zweige Thymian
 Mildes Chilisalz, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Vom Baguette 4 dünne Scheiben herunterschneiden. Zanderfilets waschen und trockentupfen und evtl. noch Gräten herauszupfen. Auf der Hautseite mit Salz und Pfeffer würzen und leicht überlappend mit je 2 Brotscheiben belegen. Butter in einer Pfanne zu brauner Butter werden lassen und die Zanderfilets mit der Brotseite nach unten bei milder Hitze darin goldbraun braten. Die andere Fischseite salzen, den Fisch wenden und je 1 Zweig Thymian unter die Filets legen. Pfanne vom Herd nehmen und den Fisch in der Resthitze glasig ziehen lassen.

Mit Chilisalz würzen, aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Garnitur:

Fleur de Sel

Gericht mit Fleur de Sel würzen.

Rote Bete mit Birnenspalten und Lauchzwiebeln auf vorgewärmte Teller verteilen. Die Zanderfilets mit der Brotkruste nach oben darauf anrichten, mit etwas Fleur de Sel bestreuen und servieren.



Thomas Jehle

Laab Gai: Pikanter thailändischer Hähnchensalat

Zutaten für zwei Personen

Für den Würzreis (Kai Kua):

- 1 Tasse thailändischer Klebereis
- 2 Kaffir-Limettenblätter
- 4 rote getrocknete thailändische Chilis

Den Klebereis mit den Limettenblättern in einer Pfanne mittel bis dunkelbraun rösten, danach den Reis mit den Limettenblättern in einem Mörser mahlen. Die getrockneten Chilischoten ebenfalls mahlen. Die Menge der Schoten richtet sich nach dem gewünschten Schärfegrad.

Für die Chilimischung:

- 3 rote getrocknete thailändische Chilis
- 1 Kaffir-Limettenblatt

Chilis in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Anschließend mit einem Kaffir-Limettenblatt in einem Blitzhacker zu einem feinen Pulver mahlen.

Für das Laab Gai:

- 1 Hähnchenschenkel, mit Haut
- 100 g Hähnchenbrustfilet, ohne Haut
- 1 Limette
- 2 Schalotten
- 4 EL Fischsauce
- 4 Stängel Europagras (langer Koriander)
- ¼ Bund Schnittlauch
- 2 Frühlingszwiebeln

Limette halbieren und auspressen. Hühnerhaut vorsichtig vom Fleisch lösen. Haut für den späteren Gebrauch beiseitelegen. Dann Hähnchenfleisch von Schenkel lösen und zusammen mit dem Filet in kleine Stücke schneiden. Schalotten abziehen und fein hacken.

In einem kleinen Topf vier Esslöffel Wasser erhitzen und das Fleisch darin unter ständigem Rühren mit 1 EL Fischsauce krümelig anbraten. Restliche Fischsauce, Schalotten und zwei Esslöffel Limettensaft zum Fleisch geben.

Alles verrühren, drei Esslöffel vom fertig gestellten Reispulver unterrühren und mit der fertig gestellten Chilimischung abschmecken. Frühlingszwiebel von der Wurzel befreien, in Ringe schneiden und unterheben. Schnittlauch und Europagras abbrausen, fein hacken und drüberstreuen.

Für die Garnitur:

- ½ Salatgurke
- 4 Chicoréeblätter
- 4 Romanasalatblätter
- ½ Bund frische Minze

Gurke in Scheiben schneiden. Minze abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Chicorée und Romanasalatblätter abbrausen und trockenwedeln.

Für den Hühnerhaut-Chip:

- 1 EL Sesamöl
- 1 TL 5-Spice-Gewürz

Ablöste Hühnerhaut (s.o.) in Sesamöl von beiden Seiten scharf und knusprig anbraten. Mit 5-Spice-Gewürz würzen, ein Backpapier auf die Hühnerhaut legen und mit einem Topf beschweren. Etwas braten lassen und anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Laab Gai auf Chicorée und Romanasalatblätter anrichten und mit Minze, Gurken und Hühnerhaut-Chip garniert servieren.



Anna Diehr

Tomaten-Orangen-Chili-Suppe mit Grießnockerln und Basilikum-Pesto

Zutaten für zwei Personen

Für die Grießnockerln:

80 g Hartweizengrieß
160 ml Sojamilch
2 EL Würzhefeflocken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Hartweizengrieß mit Sojamilch und Würzhefeflocken in einem Topf erwärmen und rühren bis eine klebende Masse entsteht. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles kurze Zeit abkühlen lassen und aus der Masse Grießnockerln formen.

Für die Tomatensuppe:

400 g Tomaten in Stücken, aus der Dose
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
3 Orangen
200 ml Gemüsefond
2 EL vegane Soja-Kochsahne
1 TL getrockneter Oregano
1 TL getrockneter Thymian
1 TL getrockneter Rosmarin
½ TL Chiliflocken
½ TL gemahlener Zimt
1 Prise gemahlene Nelke
Neutrales Öl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

150 ml aus den Orangen auspressen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen, klein hacken und mit Öl in der Pfanne anbraten, bis sich Röstaromen bilden. Tomaten, Orangensaft, Gemüsefond und Oregano, Thymian, Rosmarin, Zimt und Nelke hinzufügen. Alles fünf Minuten köcheln lassen und dann Sahne unterrühren und alles fein pürieren. Mit Chiliflocken, Salz und Pfeffer abschmecken. Grießnockerln hinzugeben und zehn Minuten köcheln lassen.

Für das Basilikum-Pesto:

80 gr Basilikum
2 große Knoblauchzehen
1 Zitrone
50 g Pinienkerne
20 g Cashewkerne
3 EL Hefeflocken
80 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Knoblauch abziehen.

Basilikum abrausen, trockenwedeln und mit Knoblauch, Pinienkernen, Cashewkernen, Hefeflocken und Olivenöl in einen Mixer geben. Mit Salz, Pfeffer und ca. 1 TL Zitronensaft abschmecken.

Für die Garnitur:

1 rote Chilischote

Chilli in feine Ringe schneiden und Gericht damit garnieren.

Gericht in tiefen Tellern anrichten und servieren.



Sergej Ulrich

Kalbstatar mit selbstgemachter Mayonnaise, Kaviar und Quinoa-Wildkräutersalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Mayonnaise:

2 Eier
300 ml neutrales Pflanzenöl
1 TL scharfer Senf
1 EL Weißweinessig
1 EL Zitronensaft
1 Prise Zucker
1 Limette
50 g Hüttenkäse
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Senf, Weißweinessig, Zitronensaft, eine Prise Zucker, eine Prise Salz und Eigelbe in einen hohen Mixbecher geben. Drei Minuten lang mit einem Pürierstab von vom Boden des Bechers aus mixen, bis eine feste, gelbe Masse entsteht. Danach das Öl während des Mixens langsam darauf gießen, bis sich die Zutaten zu einer hellgelben cremigen Masse verbinden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Limettenschale abreiben. Mayonnaise mit etwas Limettenschale, einer Prise Zucker und Hüttenkäse gut verrühren.

Für das Kalbstatar:

250 g Kalbshüfte
50 g Forellenkaviar
3 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Fleisch sehr fein würfeln. Limettenschale abreiben. Tatar mit etwas Limettenschale und Olivenöl marinieren.

Einen Anrichtering mit Tatar füllen und immer wieder vorsichtig andrücken. Mayonnaise mittig auf das Tatar verteilen, Ring vorsichtig entfernen. Kaviar auf das Tatar geben und mit Olivenöl verfeinern.

Für den Quinoa:

50 g Quinoa
150 ml Gemüsefond

Gemüsefond in einem Topf erhitzen und Quinoa aufquellen lassen, bis keine Flüssigkeit zu sehen ist. Quinoa in ein feines Küchensieb geben und die letzte Flüssigkeit vorsichtig ausdrücken.

Für den Wildkräutersalat:

20 g junger Spinat
20 g Feldsalat
20 g Mangold
20 g Rucola
1 Salatgurke
4 Radieschen
4 kleine braune Champignons
1 Limette
½ Bund Dill
1 Prise Zucker
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Limettenschale abreiben. Gurke längs, Radieschen und Champignons quer hobeln. Mit etwas abgeriebener Limettenschale und je einer Prise Salz und Zucker würzen.

Spinat, Feldsalat, Mangold und Rucola waschen und trockenschleudern. Salat mit Gurken, Champignons und Radieschen anrichten. Dill abbrausen und trockenwedeln. Mit Dillstreifen garnieren und mit etwas Olivenöl beträufeln.

Quinoa unter den Salat mischen.

Kalbstatar mit Wildkräutersalat auf einem Teller anrichten und servieren.