

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 15. November 2021 ▪
Leibgericht mit Alfons Schuhbeck



Pati Keilwerth

Dalmatinischer Teller: Ćevapčići „fränkische Art“ mit Zucchini-Kartoffel-Gemüse, Ajvar und Gurken-Tomaten-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für die Ćevapčići:

- 150 g Rinderhackfleisch
- 150 g Lammhackfleisch
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 4 Zweige glatte Petersilie
- 4 Stängel frischer Majoran
- 1 TL rosenscharfes Paprikapulver
- 1 TL edelsüßes Paprikapulver
- Chilisalz, aus der Mühle
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 230 Grad Grillfunktion vorheizen.

Beide Hackfleischsorten in eine Schüssel geben. Petersilie und Majoran abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Knoblauch und Zwiebel abziehen und sehr fein hacken. Petersilie, Majoran, Knoblauch und 2 Teelöffel gehackte Zwiebel zum Hackfleisch geben und kräftig mit Salz, Chilisalz, beiden Paprikapulvern und Pfeffer würzen, dann gut vermengen. Fleischmasse mit nassen Händen zu kleinen, etwa 6 cm langen, und 1 cm dicken Röllchen formen.

Eine gusseisernen Pfanne erhitzen und die Ćevapčići darin ohne Öl für 5-7 Minuten von allen Seiten anbraten.

Für das Zucchini-Kartoffel-Gemüse:

- 2 Zucchini
- 4 mehlig kochende Kartoffeln
- 1 Knoblauchzehe
- 3 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und Zucchini waschen. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Zucchini und Kartoffeln in kleine Würfel schneiden. Kartoffelwürfel in Salzwasser kochen, nach ca. 10 Minuten die Zucchiniwürfel hinzufügen. Nach weiteren 5 Minuten das Gemüse abseihen, zurück in den Topf geben und mit Olivenöl und einer Scheibe Knoblauch abschmecken. Mit einem Holzlöffel verrühren, bis die Kartoffeln leicht breiig werden.

Für das Ajvar:

- 4 rote Paprikaschoten
- 1 Aubergine
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zitrone
- 1 TL rosenscharfes Paprika
- Olivenöl, zum Anbraten und Abschmecken
- Salz, aus der Mühle

Paprika waschen, halbieren und entkernen. Aubergine waschen und halbieren. Paprika und Aubergine im Backofen in den vorgeheizten Backofen schieben und solange grillen, bis die Schale schwarz wird. Verbrannte Schale von Paprika und Aubergine abziehen. Knoblauch abziehen und die Hälfte in grobe Stücke schneiden. Zwiebel abziehen und eine Hälfte hacken. Gehackte Zwiebel und zerkleinerten Knoblauch in einer Pfanne in Olivenöl anschwitzen. Paprika und Aubergine hinzufügen und ca. 3 Minuten mitdünsten. Alles in einen hohen Becher geben und mit dem Stabmixer zerkleinern. Mit Salz und Paprikapulver abschmecken, eventuell Olivenöl dazugeben bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Zitrone unter heißem Wasser abspülen, die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen. Ajvar mit Zitronensaft und –abrieb abschmecken.

Für den Gurken-Tomaten-Salat:

4 aromatische, bunte Tomaten
1 Salatgurke
100 g Rucola
2 EL schwarz-grün gemischte Oliven in
Kräuteröl, entsteint
50 g Feta
1 EL weißen Balsamicoessig
3 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rucola waschen und trockenschleudern. Salatgurke halbieren, entkernen und Tomaten waschen und in kleine Stücke schneiden. Gurke und Tomaten mit Rucola, Essig und Olivenöl mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Feta und Oliven als Topping auf den Salat geben.

Für die Garnitur:

1 rote Zwiebel
1 Zitrone
½ Bund glatte Petersilie
2 EL weißen Balsamicoessig
1 TL Zatar
4 EL Olivenöl

Zwiebel abziehen und mit dem Gemüsehobel in feine Ringe hobeln. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Zwiebeln mit Petersilie, einem Spritzer Zitronensaft, Essig und Olivenöl mischen und mit Zatar abschmecken. Einen Teil zu den Čevapčići servieren und einen Teil zu dem Gurken-Tomaten-Salat geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Rainer Ernst

Wiener Schnitzel mit Quinoa-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für das Wiener Schnitzel:

2 Kalbsschnitzel von der Oberschale à
120 g
2 Eier
500 g Ghee
100 g Weizenmehl
200 g Semmelbrösel
½ TL edelsüßes Paprikapulver
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schnitzel waschen, trockentupfen und zwischen zwei Klarsichtfolien plattklopfen. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Aus Mehl, verquirltem Ei und Semmelbröseln eine Panierstraße bereitstellen. Schnitzel zunächst in Mehl, dann im Ei und in den Bröseln panieren. Ghee in einer Pfanne erhitzen. Schnitzel in der Pfanne von jeder Seite etwa 1 ½ Minuten goldgelb ausbacken. Auf Küchentrepp abtropfen lassen.

Für den Quinoa-Salat:

100 g weißer Quinoa
½ Ringelbete
1 Orange
300 ml Gemüsefond
½ TL gemahlener Kurkuma
1 Zweig Minze
1 Zweig glatte Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Quinoa in ein Sieb geben und gut abspülen. Gemüsefond in einem Topf zum Kochen bringen. Quinoa hinzugeben und 20 Minuten köcheln lassen. Kurkuma hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Nach 20 Minuten beiseitestellen und den Quinoa 5-10 Minuten auskühlen lassen. Ringelbete schälen, würfeln und mit in den Quinoa geben. Eine halbe Orange filetieren und würfeln. Minze und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken.

Für das Salatdressing:

2 EL Sojajoghurt
1 kleine Chilischote
1-2 TL Apfelessig
1-2 TL Ahornsirup
2 EL weißer Tahin
¼ TL gemahlener Kreuzkümmel
1 EL weißer Sesam
2 TL Senfkörner
1 EL Olivenöl
½ TL Salz

Chilischote längs aufschneiden, vom Kerngehäuse befreien und fein hacken. Sojajoghurt, Apfelessig, Ahornsirup, Tahin, Kreuzkümmel, Salz, Olivenöl und die gehackte Chilischote in einer großen Schüssel mit einem Schneebesen verrühren.

Quinoa zusammen mit der filetierten Orange und den gehackten Kräutern zu dem Dressing geben und gut miteinander vermengen. Mit Sesam und Senfkörnern bestreuen.

Für die Garnitur:

1 Zitrone

Zitrone vierteln und als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Antje Tietz

Salsiccia-Ragout mit cremiger Polenta und Focaccia

Zutaten für zwei Personen

Für das Ragout:

300 g Salsiccia
400 g gehackte Tomaten, aus der Dose
1 Zwiebel
5 EL feinherber Weißwein
1 EL Tomatenmark
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Öl erhitzen, Zwiebel darin etwa fünf Minuten andünsten. Salsiccia-Brät aus der Pelle drücken und in kleine Stückchen teilen. Zu den Zwiebeln geben und goldbraun braten. Wein angießen und eine Minute köcheln lassen, Tomatenmark unterrühren und eine Minute andünsten. Gehackte Tomaten zufügen und etwa 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Polenta:

70 g Instant-Polenta
1 Knoblauchzehe
50 g Parmesan
2 EL Butter
200 ml Milch
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen, mit Milch und 300 ml Wasser aufkochen. Polenta einrühren, salzen und unter Rühren 6 bis 8 Minuten quellen lassen. Parmesan reiben. Kurz vor dem Servieren Parmesan und Butter unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf dem Teller verteilen.

Für die Focaccia:

10 kleine Cocktailtomaten
5 kleine Roma-Tomaten
1 rote Zwiebel
4 Frühlingszwiebeln
1 TL Kapern, in Salzlake
10 Schwarze Oliven, ohne Stein
3 Zweige Oregano
3 Zweige Salbei
3 Zweige Thymian
20 g frische Hefe
250 g Weizenmehl, Typ 405
1 Prise Zucker
50 g Olivenöl
Salt flakes, zum Würzen
1 TL Salz

Hefe und Zucker in 120 ml warmem Wasser auflösen. 50 g Olivenöl, Mehl und 1 Teelöffel Salz zugeben und 5 Minuten in der Küchenmaschine zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Teig auf ein Backblech mit Backpapier geben und mit den Fingern Mulden in den Teig drücken. Oregano, Salbei und Thymian abbrausen, trockenwedeln und hacken. Tomaten waschen, in Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Frühlingszwiebeln putzen. Oliven in Scheiben schneiden. Den Teig mit Olivenöl beträufeln, salzen und mit den Kräutern, Tomaten, Zwiebeln, Frühlingszwiebeln, Kapern und Oliven, so belegen, dass ein schönes Bild entsteht. Focaccia für ca. 25 Minuten backen. Vor dem Servieren mit Salt flakes würzen.

Für die Garnitur:

30 g Parmesan
1 Zweig Basilikum

Basilikum abbrausen, trockenwedeln und hacken. Ragout auf der Polenta anrichten. Parmesan darüber hobeln und mit Basilikum bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Niels Tobaben

Fruchtig aromatisiertes Kabeljaufilet mit Mojo-Bratkartoffeln, Schinken-Chip und Tomate-Mozzarella-Avocado-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für das Kabeljaufilet:

2 Kabeljauloins à 200 g, ohne Haut
1 Zwiebel
4 Knoblauchzehen
70 g Butter
1 Lorbeerblatt
ca. 15 schwarze Pfefferkörner
250 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Kabeljau waschen, trockentupfen und in ca. 5 cm breite Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel halbieren. Butter und Olivenöl in einen kleinen Topf geben und das Lorbeerblatt, Pfefferkörner, Zwiebel und Knoblauch dazugeben. Das Öl auf konstante 70 Grad erhitzen. Sobald die Temperatur erreicht ist, den Fisch hineinlegen. Alles ca. 18-20 Minuten köcheln lassen. Wenn man locker mit einem Zahnstocher durch den Fisch stechen kann, ist er fertig. Mit Salz und Pfeffer würzen.



WWF bezeichnet den **Kabeljau** nicht als „gute Wahl“, sondern lediglich als „zweite Wahl“. Sollten Sie Kabeljau dennoch zubereiten wollen, kaufen Sie Fisch aus folgenden Fanggebieten ein: Nordostatlantik FAO 27; Nordostarktis (1,2); Wildfang (alle Fangmethoden) und Nordostatlantik FAO 27; Westliche Ostsee (22-24); Stellnetze-Kiemennetze.

Verzichten sollten Sie unbedingt auf Fische dieser Fanggebiete: Nordostatlantik FAO 27, außer Nordostarktis (1,2): alle Fangmethoden; Westliche Ostsee: Grundscherbrettnetze; Wildfang (alle Fangmethoden) und Nordwestatlantik FAO 21, Nordwestpazifik FAO 61; Wildfang (alle Fangmethoden).

Für die Mojo-Bratkartoffeln:

4 festkochende Kartoffeln
½ rote Paprikaschote
5 Cherrytomaten
2 getrocknete Tomaten in Öl
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
50 g Butter
100 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in 1-2 cm dünne Scheiben schneiden. 50 ml Olivenöl und 25 g Butter in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelscheiben hineingeben. Von jeder Seite ca. 12 Minuten bei mittlerer Hitze braten bis sie goldbraun sind.

Zwiebel und Knoblauch abziehen. Paprika und Tomaten waschen. Paprika und Zwiebel klein schneiden, Knoblauch in Scheiben schneiden und Cherrytomaten halbieren.

Paprika und Zwiebeln in etwas Öl anbraten, dann Knoblauch und Tomaten hinzufügen und mit Salz und Pfeffer würzen. Alles zusammen mit den getrockneten Tomaten und dem restlichen Olivenöl zu einer cremigen, öligen Flüssigkeit pürieren. Kurz bevor die Kartoffeln fertig gebraten sind, mit der Mojo-Sauce übergießen und eine Minute lang weiterbraten. Ggf. die Temperatur etwas erhöhen, um die Kartoffeln nicht zu weich werden zu lassen.

Für den Tomate-Mozzarella-Avocado-Salat:

1 reife Avocado
6 Cherrytomaten
50 g Rucola
1 Zitrone
2 Kugeln Büffelmozzarella

Avocado halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch mithilfe eines Löffels herauslösen. Tomaten waschen. Avocado, Tomaten und Büffelmozzarella klein schneiden und in eine Schüssel geben. Rucola waschen, putzen, trockenschleudern und dazugeben. Zitrone halbieren, auspressen und den Saft einer Hälfte auffangen. Salat mit Olivenöl, Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Oregano abschmecken.

2 EL Pinienkerne
½ EL getrockneter Oregano
1-2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten und über den Salat geben.

Für den Serrano-Chip: Serrano-Schinken bei mittlerer Hitze knusprig zum Chip braten.
2 Scheiben Jamon-Serrano-Schinken

Für die Garnitur: Petersilie abbrausen, trockenschleudern, abzupfen und den Kabeljau damit garnieren.
2 Zweige krause Petersilie

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Annika Boden

Lammfilet mit Beeren-Jus, Pilz-Ravioli und Selleriepüree

Zutaten für zwei Personen

Für das Lamm:

3 küchenfertige Lammfilets à ca. 120 g
2 Knoblauchzehen
2 EL Butter
1 Zweig Rosmarin
1 EL neutrales Öl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Eine Pfanne mit Öl stark erhitzen. Knoblauch andrücken. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Lammfilets in die heiße Pfanne legen und von beiden Seiten sehr kurz und scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz vor Schluss Rosmarin, Knoblauch und Butter hinzugeben.

Für die Ravioli-Füllung:

150 g Steinpilze
1 Zwiebel
70 g Ricotta
1 Zweig Thymian
Neutrales Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und würfeln. Steinpilze putzen, würfeln, mit etwas Öl in eine Pfanne geben und zusammen mit den Zwiebeln braun anbraten. Thymian abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Pilze kurz vor Schluss mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen. Abkühlen lassen, dann Ricotta unterheben.

Für den Ravioli-Teig:

50 g Parmesan
1 Ei
2 EL Butter
1 Zweig Thymian
150 g Mehl
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Mehl, Ei, 2 Esslöffel Wasser, Olivenöl und Salz zu einem glatten Teig verkneten. Mit einer Nudelmaschine dünn ausrollen.

Jeweils einen gehäuften Teelöffel Pilz-Füllung (siehe oben) mit Abstand zueinander auf eine Nudelbahn geben, dann eine weitere Nudelbahn obenauf legen und festdrücken. Danach rund ausstechen.

Kurz vor dem Servieren einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Ravioli drei Minuten in kochendes Salzwasser geben. Thymian abbrausen, trockenwedeln und Ravioli zusammen mit Butter in einer Pfanne anschwanken. Parmesan reiben und Ravioli damit bestreuen.

Für die Jus:

100 g TK-Beerenmischung
400 ml Lammfond
200 ml trockener Rotwein
2-3 TL flüssiger Honig
1 Prise Zimt
1 Prise Piment
1 EL Speisestärke

Lammfond und Rotwein in einen Topf geben und stark einreduzieren lassen. Beerenmischung hinzugeben. Kurz pürieren und durch ein Sieb passieren. Mit Zimt und Piment verfeinern. Ggf. mit etwas in Wasser aufgelöster Stärke binden.

Für das Püree:

½ Sellerieknolle
2 EL Butter
100 ml Sahne
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle

Sellerie vom Strunk befreien, schälen, in kleine Würfel schneiden und mit Sahne in einen Topf geben. 20 Minuten köcheln lassen, pürieren und mit Butter, Salz und Muskatnuss verfeinern.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Christian Gruner

Älplermagronen mit selbstgemachten Knöpfle, geschmorten Zwiebeln, Äpfeln und Wildkräutersalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Magronen:

150 g gut durchwachsender mild geräucherter Speck
4 große mehlig kochende Kartoffeln
1 Gemüsezwiebel
100 g Greyerzer
50 g Bergkäse
50 g mittelalter Gouda
100 g Parmesan
2 Eier
250 ml Sahne
2 cl Milch
250 g Spätzlemehl
1 Prise Kümmelsamen
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 230 Grad Umluft vorheizen.

Kartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden. In kochendem Salzwasser für ca. 15 Minuten kochen. Anschließend abgießen.

Eier, Spätzlemehl und 110 ml lauwarmes Wasser mit einem Holzlöffel zu einem Teig verrühren. Spätzle in siedendes Salzwasser schaben. Sind die Spätzle an die Wasseroberfläche gestiegen, eine weitere Minute im Wasser lassen, dann mit einer Schöpfkelle herausnehmen und abtropfen lassen.

Speck in Würfel schneiden und in einer Pfanne auslassen. Die fertigen Spätzle dazugeben und alles kurz durchschwenken.

Greyerzer, Bergkäse, Gouda und Parmesan reiben. Sahne und Milch in einen Topf geben, aufkochen lassen und 2/3 des geriebenen Käses darin unterrühren, schmelzen lassen. Mit Kümmel, Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken. Spätzle-Speck-Mischung und Kartoffeln dazugeben und alles miteinander vermengen. Die Masse in eine gefettete Auflaufform geben und mit dem restlichen Käse bestreuen. Zwiebel abziehen, in Ringe schneiden und auf dem Käse verteilen.

Älplermagronen ca. 5 Minuten im Ofen backen, bis der Käse zerlaufen ist.

Für die Zwiebeln:

3 mittelgroße Zwiebeln
Butter, zum Braten
2 Prisen brauner Zucker
Neutrales Öl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle

Zwiebeln abziehen und in Spalten schneiden. Butter mit etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebeln darin mit braunem Zucker und etwas Salz goldbraun braten. Nach und nach Wasser angießen und die Zwiebeln weich schmoren.

Für die Äpfel:

1 süßer Apfel
1 saurer Apfel
10 Rosinen
200 ml naturtrüber Apfelsaft
1 EL brauner Zucker
1 Vanilleschote

Äpfel schälen, vom Kerngehäuse befreien und in Spalten schneiden.

Vanilleschote der Länge aufschneiden und das Mark herauskratzen.

Zucker in eine Pfanne geben und schmelzen lassen. Mit etwa der Hälfte des Apfelsaftes ablöschen und ein leichtes Karamell herstellen.

Apfelspalten und Rosinen hinzugeben, schwenken und den restlichen Apfelsaft angießen. Vanillemark hinzugeben. Äpfel kochen bis sie goldbraun und weich sind. 2-3 Apfelspalten als Garnitur für die Magronen verwenden, die übrigen separat anrichten.

Für den Wildkräutersalat:

50 g gemischte Wildkräuter
2 Walnusskerne
1 TL flüssiger Honig
3 TL dunkler Balsamicoessig
1 TL Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Wildkräuter waschen und trockenschleudern. Walnüsse mit Honig einer Pfanne karamellisieren. Essig, Olivenöl und Salz zu einem Dressing anrühren und den Salat damit anmachen. Wildkräuter mit Walnüssen garnieren und separat anrichten.

Für die Garnitur: Speckscheiben in einer Pfanne gleichmäßig kross braten, dann herausnehmen und zerbröseln. Einige Speckbrösel über den Äplermagronen verteilen, den Rest über den Wildkräutersalat streuen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Über die Äplermagronen streuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.