

| Die Küchenschlacht – Menü am 09. Januar 2017 |

Leibgericht mit Johann Lafer



Mona Li

Zweierlei chinesische Maultaschen mit Knoblauch-Sauce

Zutaten für zwei Personen

Für den Teig:

200 g Mehl
Mehl, für die Arbeitsfläche

200 ml Wasser in einem Topf erwärmen. Mehl in einen weiteren Topf geben und das warme Wasser unter ständigem Rühren hinzugeben. Die Masse zu einem kompakten Teig verkneten. Einen Deckel auf den Topf stellen und den Teig mit einem Tuch bedeckt 10 Minuten ruhen lassen.

Teig noch einmal kräftig durchkneten und zu einer Schlange von 2 cm Durchmesser formen. In 2 ½ cm lange Stücke schneiden, auf einer mit Mehl bestäubten Fläche plattdrücken und mit einem Nudelholz zu flachen Fladen ausrollen

Für die Füllung:

200 g Hackfleisch vom Schwein
1 Knolle Ingwer à 2 cm
1 Bund Frühlingszwiebeln
100 g chinesischer Schnittlauch
1 Ei
10 ml Whisky
1 ½ EL Sojasauce
1 TL Sesamöl
1 TL brauner Zucker
10 ml Olivenöl

Hackfleisch mit einem Ei verkneten. Ingwer schälen, klein hacken und zu der Masse geben. Olivenöl, Sesamöl, 1 EL Sojasauce und Zucker hinzugeben. Gut vermengen und in zwei Teile trennen.

Füllung 1 mit etwas Whisky verfeinern und kalt stellen.

Für Füllung 2 Schnittlauch abbrausen, trocken wedeln und klein schneiden. Frühlingszwiebeln abziehen und in Ringe schneiden. Schnittlauch, ½ EL Sojasauce und einige Zwiebelringe zum Hackfleisch geben und kalt stellen.

Fleischmasse aus dem Kühlschrank nehmen und mithilfe eines Teelöffels in die Mitte des Fladens geben. Wasser erwärmen und dieses in einer kleinen Schale neben die Fladen stellen. Seiten der Fladen anfeuchten, zusammenklappen und mit etwas Wasser zusammendrücken.

Eine Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und die Fladen mit der Füllung 1 hineingeben. In der Pfanne verteilen und solange braten, bis der Boden goldbraun ist. Herd auf höchste Stufe stellen und die Pfanne mit Wasser auffüllen, sodass die Maultaschen in einem Wasserbad köcheln. Deckel aufsetzen und ca. 10 Minuten köcheln lassen.

In einem weiteren Topf Wasser erhitzen und die Maultaschen mit der Füllung 2 7 Minuten köcheln. Mit einer Siebkelle herausnehmen und abtropfen lassen.

Für die Sauce:

2 EL schwarzer China-Essig
2 EL Sojasauce
1 Knoblauchzehe
1 EL brauner Zucker

Knoblauch abziehen und fein hacken. In einer Schüssel mit Essig, Sojasauce und Zucker vermengen.

Zweierlei chinesische Maultaschen mit Knoblauch-Sauce auf Tellern anrichten, mit den Frühlingszwiebeln garnieren und servieren.



Mark Edelberg

Gratiniertes Schnitzel alla Caprese mit Pfannengemüse und Couscous

Zutaten für zwei Personen

Für die Schnitzel:

2 Schweineschnitzel à 180 g
 100 g Mozzarella
 100 g Tomaten
 2 EL neutrales Pflanzenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen-Grill auf 200 Grad vorheizen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Schnitzel waschen, trockentupfen und auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Schnitzel im heißen Öl auf beiden Seiten etwa 3 Minuten goldbraun anbraten und aus der Pfanne nehmen.

Schnitzel in eine Auflaufform geben, mit Mozzarella und Tomaten belegen und im Ofen ca. 5 Minuten gratinieren.

Für das Gemüse:

1 mittelgroße Zucchini
 10 Kirschtomaten
 1 Knoblauchzehe
 1 Schalotte
 ½ TL Fenchelsamen
 2 EL neutrales Pflanzenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fenchelsaat im Mörser grob zerstoßen. Schalotte und Knoblauch abziehen, in Scheiben schneiden und in einer Pfanne im heißen Öl glasig dünsten. Zucchini waschen, längs vierteln und in 1 cm große Stücke schneiden. Kirschtomaten waschen und halbieren. Zucchini, Tomaten und Fenchelsamen in die Pfanne geben und kurz mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Couscous:

130 g Couscous
 200 ml Karottensaft
 1 TL kalte Butter
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Karottensaft und etwas Salz in einem Topf aufkochen. Couscous zugeben und zugedeckt 5 Minuten ziehen lassen. Kalte Butter untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

¼ Bund Basilikum

Basilikum abbrausen, trockenwedeln und einige Blätter von den Stielen abzupfen.

Die Schnitzel aus dem Ofen nehmen, mit Basilikum garnieren, zusammen mit dem Gemüse und dem Couscous auf Tellern anrichten und servieren.



Annette Wieland

Oostendse waterzooi van vis – Flämische Fischsuppe mit Kartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe:

700 ml Fischfond
 300 ml trockener Weißwein
 250 ml Sahne
 3 festkochende Kartoffeln
 1 Stange Lauch
 1 Karotte
 1 Stangensellerie
 1 Schalotte
 1 Zitrone, davon Saft und Abrieb
 30 g Mehl
 30 g Butter
 4 EL Essig
 2 Safranfäden
 1 TL Senfkörner
 Currypulver, zum Würzen
 ¼ Bund Petersilie
 ¼ Bund Thymian
 ¼ Bund Schnittlauch
 ¼ Bund Kerbel
 1 Prise Zucker
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, achteln und in einem Topf mit reichlich Salzwasser gar kochen.

Schalotte abziehen, fein würfeln und in einer Pfanne mit etwas Butter glasig dünsten. Schalotten mit Weißwein ablöschen, reduzieren lassen und Fischfond hinzugeben.

Sellerie putzen, schälen und in feine Julienne hobeln. Lauch und Karotten putzen, waschen, halbieren und ebenfalls in Julienne hobeln. Gemüse in einem Topf mit kochendem Wasser 2 Minuten blanchieren und in einer Schüssel mit Eiswasser abschrecken. In einem Sieb abtropfen lassen.

In einem weiteren Topf Butter erhitzen, Mehl hinzufügen und Fischfond langsam unter die Mehlschwitze rühren. Sahne angießen und nicht mehr kochen lassen.

Schnittlauch, Petersilie und Thymian abbrausen, trocken wedeln und fein hacken. Kerbel vom Stiel zupfen und grob hacken.

Senfkörner mit Essig in einem Mörser reiben, mit Öl und Zucker abschmecken und in die Suppe geben.

Fischsuppe mit Salz, Pfeffer, Safran und etwas Currypulver würzen.

Zitrone waschen, halbieren und etwas Abrieb zur Suppe geben.

Für die Einlage:

1 Seezungenfilets ohne Haut à 150 g
 1 Lachsfilet ohne Haut à 150 g
 1 Lengfischfilet ohne Haut à 150 g
 6 Miesmuscheln
 20 g Nordseekrabben

Fischfilets waschen, trocken tupfen, in grobe Stücke schneiden und von jeder Seite mit Salz und Pfeffer würzen. Seezunge aufrollen, mit einem Zahnstocher fixieren und auf den Seiten würzen.

Miesmuscheln in einem geschlossenen Topf 2 Minuten kochen und anschließend beiseite stellen.

Fisch in der nicht mehr kochenden Suppe ca. 3 Minuten pochieren.

Nordseekrabben kalt in die Suppe geben.

Fisch mit einer Schaumkelle auf vorgewärmte Teller geben.

Miesmuscheln, Kartoffelspalten und Nordseekrabben auf dem Teller anrichten. Julienegemüse darüber anrichten. Zitronensaft und Zitronenabrieb zufügen und mit der Suppe servieren.



Kai Krüger

Senfeier mit Kartoffelpüree

Zutaten für zwei Personen

Für das Püree:
 5 Kartoffeln
 50 g Sahne
 50 g Butter
 1 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln waschen, schälen und in Stücke schneiden. In einem Topf mit kochendem Salzwasser etwa 15 Minuten gar kochen, abgießen und ausdampfen lassen.

Die gegarten Kartoffeln durch eine Presse drücken und mit Sahne und Butter verrühren. Mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Senfeier:
 4 Eier
 100 g Senf
 200 ml Sahne
 125 g Butter
 150 g Mehl
 500 ml Gemüsefond
 ½ Bund Schnittlauch

Für die Senfeier die Eier 8 Minuten in sprudelndem Wasser kochen, eiskalt abschrecken und pellen. Butter in einer Pfanne erhitzen, Mehl hinzugeben und anrösten. Senf unterrühren, Fond und Sahne angießen und reduzieren lassen. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Das Püree auf Tellern anrichten, in der Mitte eine Kuhle machen und die Eier hineingeben. Mit Schnittlauch garnieren und servieren.



Rebecca Stüven

Königsberger Klopse mit Petersilienkartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für die Hackbällchen:

400 g gemischtes Hackfleisch
 ½ altbackenes Brötchen
 2 TL Kapern
 1 Zwiebel
 1 Ei
 1 TL Senf
 1 TL gerebelter Majoran
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

½ Brötchen in lauwarmem Wasser einweichen und dieses gut ausdrücken. Zwiebeln abziehen und fein hacken. Kapern ebenso hacken. Hackfleisch mit Zwiebeln, Brötchen, Senf, Ei, gehackten Kapern, Majoran, Salz und Pfeffer zu einer gleichmäßigen Masse kneten.

Für die Kartoffeln:

6 kleine Kartoffeln
 1 Bund glatte Petersilien
 Butter, zum Anbraten

Kartoffeln schälen und in gesalzenem Wasser circa 15 Minuten kochen. Kartoffeln abgießen und ausdampfen lassen. Petersilie kleinhacken und in Butter schwenken, dann die Kartoffeln darin schwenken

Für die Sauce:

400 ml Kalbsfond
 1 EL Mehl,
 100 ml trockener Weißwein
 2 TL Kapern
 100 ml Sahne
 2 Schalotten
 1 Zitrone, davon der Saft
 1 Ei, davon das Eigelb
 1 Lorbeerblatt
 ½ TL Piment
 2 EL Butter, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotten abziehen, fein hacken und in einer Pfanne in Butter anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und Kalbsfond angießen. Kapern, Lorbeerblatt, Piment, Pfeffer und Salz hinzuzufügen und leicht köcheln lassen. Fleischmasse in kleine Klopse formen und zum Sud geben. Alles zusammen auf kleiner Kochtemperatur köcheln lassen
 Klopse aus dem Sud herausnehmen. Lorbeerblatt und Piment aus dem Sud entfernen.
 Zitrone halbieren und auspressen. Eine Tasse Sud entnehmen und das Eigelb darin verquirlen. Eigelb in den Sud dazugeben und mit Zitrone, Sahne, Pfeffer und Salz abschmecken. Etwas Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, Mehl darin anrösten und mit Wasser aufgießen. Klopse wieder dazugeben und bis zum Anrichten auf kleiner Stufe ziehen lassen.

Die Königsberger Klopse zusammen mit den Petersilienkartoffeln anrichten, mit der Sauce übergießen und servieren.



Patrick Maul

Saarländer Mehlknödel mit selbstgemachtem Apfelmus und ausgelassenem Speck

Zutaten für zwei Personen

Für die Mehlklößchen:
 500 g Spätzlemehl
 4 Eier
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Leicht gesalzenes Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Mehl mit Eiern und 250 ml Wasser in einer Schüssel zu einem zähen Teig verrühren. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen und etwa 5 Minuten ruhen lassen. Mit einem Esslöffel kleine Klößchen aus dem Teig formen und im siedenden Salzwasser etwa 4 Minuten ziehen lassen.

Für das Mus:
 4 Äpfel Cox Orange
 50 ml Apfelicdre
 1 Zimtstange
 1 EL Zucker

Äpfel schälen, entkernen und klein schneiden. Cidre und Zimtstange in einem Topf zum Kochen bringen und Äpfel darin etwa 10 Minuten weich dünsten. Apfelmus mit einem Stabmixer pürieren und leicht zuckern.

Für die Garnitur:
 75 g geräucherter Bauchspeck am Stück

Bauchspeck klein würfeln und in einer Pfanne ohne Öl knusprig anbraten.

Die Saarländer Mehlklößchen mit selbstgemachtem Apfelmus und ausgelassenem Speck auf Tellern anrichten und servieren.