



| Die Küchenschlacht – Vorspeise vom 12. Februar 2008 |

Rinderfilet mit Rucola, Parmesan und Austernpilzen von Marina Noack

Zutaten für zwei Personen

300 g	Rinderfilet, gefroren, küchenfertig
300 g	Austernpilze
150 g	Rucola
8	Wachteleier
12	Cocktailtomaten
1	Fleischtomate
80 g	Parmesan
60 g	Zucker, fein
6 EL	Olivenöl
1 EL	Honig
100 ml	Balsamicoessig
1	Ciabatta, alt
2 Zehe	Knoblauch
1 Schote	Chili, rot
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Teller vorwärmen.

Öl in einer Pfanne erhitzen, die Austernpilze kurz anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und danach im Ofen warm stellen.

Den Rucola waschen und trocken tupfen. Eine Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Die Chilischote der Länge nach aufschneiden, entkernen und fein schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen. Den Knoblauch und Chili anschwitzen, mit Balsamico und Honig abschmecken und einreduzieren lassen.

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Wachteleier cirka sechs Minuten hart kochen. Die Eier abschrecken und abpellen. Die Cocktailtomaten waschen. Jeweils ein Wachtelei, eine Cocktailtomate und ein Stück Austernpilz hintereinander auf einen Holzspieß stecken.

Das Ciabatta in Scheiben schneiden und mit Olivenöl beträufeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Ciabattascheiben leicht anbraten. Fleischtomate mit einer Reibe reiben. Den Knoblauch häuten und fein schneiden. Anschließend den Knoblauch mit der geriebenen Tomate vermischen. Die Ciabattascheiben aus der Pfanne nehmen und mit der Tomaten-Knoblauch-Masse bestreichen.

Rinderfilet waschen, trocken tupfen und in hauchdünne Scheiben schneiden. Die Sauce auf zwei Teller verteilen, die Scheiben darauf platzieren, mit Zucker bestreuen und mit einem Mini-Bunsenbrenner flambieren.

Anschließend die Pilze, den Wachteleispieß und Rucola darauf anrichten. Den Parmesan reiben, verteilen und mit ein wenig Sauce dekorieren. Das belegte Ciabatta dazu reichen.



Zander mit Quittenscheibchen und Blattsalat von Kai Guske

Zutaten für zwei Personen

2	Zanderfilets, ohne Haut, à 150 g, küchenfertig
2	Quitten
4 EL	Butter
50 g	Zucker
2 TL	Quittengelee
100 g	Lollo Rosso
100 g	Lollo Bianco
100 g	Kopfsalat
100 g	Feldsalat
	Essig
	Olivenöl
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Ofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Die Quitten in hauchdünne Scheiben schneiden.

Zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen und die Quitten bei mittlerer Hitze kurz von beiden Seiten anbraten. Dann die Quittenscheiben mit Zucker bestreuen und karamellisieren. Die Scheiben aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.

Den Zander mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Rest der Butter in einer Pfanne erhitzen, die Zanderfilets in die Pfanne geben und von jeder Seite bei mittlerer Hitze eine Minute anbraten. Danach die Filets mit den Quittenscheiben belegen und ganz dünn mit Quittengelee bestreichen. Die Pfanne mit dem Gericht in den Ofen stellen.

Den Salat waschen, auseinanderzupfen und in der Salatschleuder trocken schleudern.

Ein Dressing anrühren aus etwas Essig, zwei Esslöffeln Olivenöl, einem Teelöffel Quittengelee, Salz und Pfeffer.

Den Salat mit Dressing übergießen, auf einen Teller geben und den Fisch in der Mitte anrichten.



Roh marinierter Thuna mit orientalischem Couscous von Alexander Höhne

Zutaten für zwei Personen

200 g	Thunfischfilet, küchenfertig
1 Knolle	Ingwer
200 g	Couscous
500 ml	Gemüsefond
1	Karotte
2 Zehen	Knoblauch
1 Bund	Koriander
1	Frühlingszwiebel
1	Peperoni, rot
2 El	Honig
4 EL	Olivenöl
4 El	Sojasoße
	Pfeffer
	Salz
	Currypulver

Zubereitung

Einen walnussgroßen Ingwer, die Karotte und den Knoblauch schälen und klein hacken. Die Peperoni und den Koriander ebenfalls fein hacken. Die Zwiebel häuten und in Ringe schneiden.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Den Ingwer, die Karotte, den Knoblauch und die Peperoni anschwitzen. Die Zwiebelringe dazugeben und kurz mit anbraten. Anschließend den Couscous dazugeben und mit der Brühe auffüllen. Die Pfanne vom Herd nehmen und den Inhalt quellen lassen.

Den Ingwer und Koriander fein hacken. Vier Esslöffel Olivenöl mit Sojasauce in einer Schüssel verschlagen, den gehackten Ingwer und Koriander dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Thunfischfilet längs in Scheiben schneiden und mit der Marinade überziehen.

Den Couscous mit Salz, Pfeffer, Honig und Currypulver abschmecken. Zwei Esslöffel Couscous und eine Scheibe Thuna dekorativ auf einem Teller anrichten und mit der Marinade beträufeln.



Badische Schneckensuppe von Elisabeth Strauß

Zutaten für zwei Personen

12	Schnecken, aus der Dose
30 g	Butter
1	Ei
1 Zehe	Knoblauch
1 EL	Mehl
300 ml	Rinderfond
100 ml	Riesling
5 cl	Sahne
1 Zweig	Petersilie
	Salz
	Pfeffer, weiß

Zubereitung

Die Schnecken in einem Sieb abtropfen lassen, den Sud dabei auffangen. Die Hälfte der Schnecken fein hacken, die restlichen halbieren und beiseite stellen.

Die Knoblauchzehe mit der Schale etwas zerdrücken. Butter in einem Topf zergehen lassen und die gehackten Schnecken mit dem Knoblauch anschwitzen, das Mehl einrühren und etwas Farbe annehmen lassen. Den Rinderfond, Wein und Schneckensud unterrühren, bis die Suppe kocht, danach die Hitze reduzieren und zehn Minuten köcheln lassen.

Petersilie fein hacken. Das Ei trennen und Eigelb mit der Sahne verquirlen.

Sobald die Suppe durchgekocht ist, die Knoblauchzehe herausnehmen, von der Kochplatte stellen, mit der Ei-Sahne überziehen und mit weißem Pfeffer und Salz würzen.

Die zurückbehaltenen Schnecken auf die Suppenschalen verteilen, mit der Suppe auffüllen und mit der gehackten Petersilie garnieren.



Karottensuppe mit Koriander von Erich Hartl

Zutaten für zwei Personen

200 g	Karotten
1	Zwiebel
1 Bund	Koriander
2	Flusskrebse, gekocht, in Lake
1 Knolle	Knoblauch
2 EL	Butter
1 TL	Koriandersamen
200 ml	Kokosmilch
200 ml	Gemüsebrühe
50 ml	Milch
1 Schote	Chili
1 Knolle	Ingwer
100 ml	Sahne
	Zimt, gemahlen
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Die Karotten schälen und in Stücke schneiden. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Den Koriander in einer Pfanne ohne Öl kurz anrösten und anschließend fein mörsern.

Etwas Butter in einer Pfanne zergehen lassen. Zwei Zentimeter Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Eine Knoblauchzehe schälen und klein schneiden. Die Karotten, die Zwiebelwürfel, die Chilischote, eine Scheibe Ingwer und den Knoblauch bei mittlerer Hitze unter Rühren anbraten.

Die Gemüsebrühe dazugießen und zehn Minuten kochen lassen. Die Chilischote entfernen und das Ganze mit dem Pürierstab pürieren. Die Kokosmilch dazugeben und mit Sahne, Salz und Pfeffer abschmecken.

Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Flusskrebse kurz in der Pfanne anschwitzen.

Die Milch in einem Topf kurz erwärmen und mit einem Milchschaumer aufschäumen.

Die Suppe und die Flusskrebse in Teller geben und mit einem Klecks aufgeschäumter Milch versehen. Etwas Zimt darüber streuen und mit Koriandergrün dekorieren.