



## | Die Küchenschlacht – Vorspeisen vom 14. Oktober 2008 |

### *Thunfisch-Sashimi mit Juliennekartoffeln von Arnold Fellingner*

#### **Zutaten für zwei Personen**

250 g	Thunfisch, Sushi Qualität, aus dem Herzstück des Filets
1	Brokkoli
3	Limetten, unbehandelt
1	Kartoffel, festkochend
3	Eier
10 Blätter	Pack Choi
2 Stangen	Frühlingslauch
2 Zehen	Knoblauch
1 Knolle	Ingwer
20 g	Sesamkörner
0,5 TL	Senf
50 g	Wasabipaste
2 EL	Sahnebasis
100 ml	Sojasauce
1 EL	Reisweinessig
3 EL	Traubenkernöl
3 EL	Sesamöl
1 EL	Erdnussöl
	Traubenkernöl, zum Frittieren
	Zucker
	Cayennepfeffer
	Salz, aus der Mühle

#### **Zubereitung**

Ein zwei Zentimeter großes Stück Ingwer schälen und fein reiben. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Hälfte vom Ingwer und die Hälfte des Knoblauchs zusammen mit dem Wasabi und der Sojasauce zu einer Marinade verrühren. Den Thunfisch waschen, trocken tupfen und quadratisch schneiden. Den Fisch in der Marinade zehn Minuten ziehen lassen.

Die Eier aufschlagen und trennen. Eine Limette halbieren und eine Hälfte auspressen. Die Eigelb mit dem Reisweinessig, dem Senf, dem restlichen Knoblauch, dem restlichen Ingwer und dem Limettensaft verrühren. Nach und nach das Traubenkernöl, das Erdnussöl und das Sesamöl unterrühren. Mit Salz, Cayennepfeffer und Zucker abschmecken. Die Sahnebasis unterheben und das Ganze kaltstellen.

Traubenkernöl in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffel schälen, in feine Streifen schneiden und in der Pfanne frittieren. Den Brokkoli in Röschen zerteilen und hinzufügen.

Traubenkernöl in einer weiteren Pfanne erhitzen. Den Thunfisch darin von allen Seiten scharf anbraten, anschließend in den Sesamkörnern wenden und in Stücke schneiden.

Zwei Esslöffel der Thunfischmarinade in einer Pfanne erhitzen. Den Frühlingslauch abziehen und in Stücke schneiden. Das Pack Choi in grobe Stücke schneiden und das Ganze anschwitzen.

Den Thunfisch mit der Brokkoli-Kartoffel-Mischung anrichten, das Sesam-Aioli dazu reichen und servieren.



## **Garnelen mit mediterranem Kartoffelsalat von Judith Heinold**

### **Zutaten für zwei Personen**

5	Riesengarnelen, mit Kopf und Schale
5	Kartoffeln, jung, festkochend
70 g	Büffelmozzarella
2	Tomate
5	Cherrytomaten
3 Zehen	Knoblauch
1 Schote	Chili, rot
1 Bund	Basilikum
4 Zweige	Petersilie
1	Ciabattabrot
1 EL	Balsamicoessig, weiß
5 EL	Olivenöl
20 g	Butter
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Die Kartoffeln in Salzwasser bissfest garen

Die Tomaten vom Strunk befreien und fein würfeln. Den Basilikum abzupfen und in feine Streifen schneiden. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Tomaten, ein Drittel des geschnittenen Basilikums und ein Viertel des Knoblauchs miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Ciabatta in ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Die Ciabattascheiben im Toaster kross toasten.

Die Cherrytomaten vom Strunk befreien und halbieren. Die Petersilie abzupfen und hacken. Das übrige Basilikum grob zerteilen und den Büffelmozzarella in kleine Stücke schneiden. Das Ganze miteinander zu einem Salat vermengen. Zwei Esslöffel Olivenöl mit dem Balsamicoessig vermengen und das Salatdressing mit Pfeffer, Salz und einem Viertel des Knoblauch abschmecken.

Das Ciabattabrot in Scheiben schneiden und mit einem Esslöffel Olivenöl beträufeln. Anschließend die Tomatenmischung auf dem Brot verteilen.

Die Kartoffeln abgießen, pellen, halbieren und mit den Cherrytomaten und dem Mozzarella vermischen. Anschließend mit dem Salatdressing vermengen.

Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Garnelen am Rücken entlang einritzen, von Kopf und Schale befreien, entdarmen und gründlich abspülen. Die Chilischote längs halbieren, entkernen und fein hacken. Die Butter mit in die Pfanne geben und zusammen mit dem Chili und einem Viertel des Knoblauchs leicht anbraten lassen. Dann die Garnelen und ein weiteres Viertel des Knoblauchs dazugeben und fünf Minuten andünsten. Kurz vorm Entnehmen der Garnelen das übrige Basilikum unterheben.

Die Riesengarnelen auf Tellern dekorativ anrichten. Den Kartoffelsalat daneben platzieren, das Brot dazu reichen und servieren.



## ***Bouillabaisse von Nordseefischen mit Aioli und Röstbrot von Diana Sartor***

### **Zutaten für zwei Personen**

100 g	Welsfilet
100 g	Kabeljaufilet
100 g	Lachsfilet
8	Garnelen, mit Schale und Kopf
1	Paprika, rot
1	Zwiebel
2	Eier
1 Knolle	Fenchel
4 Zehen	Knoblauch
250 ml	Sonnenblumenöl
1	Baguette, zum Aufbacken
200 ml	Weißwein, trocken
100 ml	Pernod
800 ml	Fischfond
5 g	Safranfäden
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz
	Pfeffer

### **Zubereitung**

Die Garnelen am Rücken einritzen und von der Schale, dem Kopf und dem Darm befreien. Anschließend waschen, trocken tupfen und in grobe Stücke schneiden. Den restlichen Fisch ebenfalls waschen, trocken tupfen und in Stücke schneiden.

Den Fenchel vom Strunk befreien und in feine Streifen schneiden. Die Zwiebel und eine Knoblauchzehe abziehen und ebenfalls in feine Streifen schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Ganze darin anschwitzen. Anschließend mit dem Wein und dem Pernod ablöschen und mit dem Fond auffüllen. Den Safran, die Fischwürfel und die Garnelen hinzufügen und das Ganze 15 Minuten köcheln lassen.

Für das Aioli die Paprika halbieren, entkernen, von den Scheidewänden befreien und fein schneiden. Den restlichen Knoblauch abziehen und in feine Streifen schneiden. Die Eier aufschlagen, trennen und die Eigelb mit dem Sonnenblumenöl vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Paprikastreifen und den Knoblauch hinzufügen.

Das Baguette in gleichmäßige Scheiben schneiden. Olivenöl in einer weiteren Pfanne erhitzen und das Brot darin goldgelb backen.

Die Bouillabaisse auf Tellern anrichten, das Brot und das Aioli dazu reichen und das Ganze servieren.



## **Tournedo mit Mozzarella und Parmaschinken im Wildkräuterbeet von Mikus Sils**

### **Zutaten für zwei Personen**

2	Rinderfilets, à 80 g
100 g	Mozarella
40 g	Rucola
6	Tomaten, getrocknet
3	Tomaten
1	Chicorée
1	Radicchio
3 Scheiben	Parmaschinken
1 Bund	Petersilie
1 Bund	Kerbel
1 Bund	Schnittlauch
3 Zehen	Knoblauch
1 TL	Honig
1 EL	Tomatenmark
1 TL	Dijonsenf, körnig
3 EL	Balsamicoessig
80 ml	Olivenöl
1	Ciabatta
	Butterschmalz, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Rinderfilets waschen, trocken tupfen und in eine runde Form bringen. Das Küchengarn um das Fleisch binden. Die Fleischstücke in der Pfanne scharf anbraten und anschließend entnehmen. Den Mozzarella in Scheiben schneiden. Jeweils eine Scheibe auf die Filetstücke legen, so dass sie mit dem Käse bedeckt sind. Den Parmaschinken über dem Mozzarella ausbreiten. Das Fleisch auf ein Stück Alufolie geben und für 15 Minuten im Ofen garen lassen.

Den Radicchio und den Chicorée von den äußeren Blättern befreien. Den Radicchio, Chicorée und Rucola in mundgerechte Stücke zerteilen. Die Petersilie und den Kerbel abzupfen. Den Schnittlauch, die Petersilie und den Kerbel fein hacken. Den Salat mit den Kräutern vermengen.

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die getrockneten Tomaten fein würfeln. Die Tomaten am Stielansatz kreuzförmig einritzen, blanchieren. Anschließend häuten, entkernen und würfeln. Den beim Schneiden austretenden Tomatensaft mit der Hälfte der blanchierten Tomatenwürfel, den getrockneten Tomaten, dem Dijonsenf, dem Balsamicoessig und dem Honig verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Tomaten pürieren und tröpfchenweise 60 Milliliter Olivenöl untermischen.

Das Ciabatta in Scheiben schneiden und im Ofen kross rösten. Anschließend den Knoblauch abziehen und längs halbieren. Die Schnittflächen der Brotscheiben mit dem Knoblauch einreiben. Das restliche Olivenöl über das Brot träufeln.

Den Salat auf Tellern anrichten. Das Tomatendressing darüber träufeln und mit den übrigen Tomatenwürfeln garnieren. Das Rinderfilet dekorativ auf dem Wildkräuterbeet platzieren. Das Knoblauchbrot dazureichen und servieren.



## ***Rote Suppe mit Krebschwanzspießen und Parmesanchips von Ingrid Dölling***

### **Zutaten für zwei Personen**

4	Krebschwänze, küchenfertig
2	Kartoffeln, mehligkochend
100 g	Speck, durchwachsenen, im Stück
6	Tomaten
1	Paprika, rot
6	Kirschpaprika
1	Ei
8	Schalotten, rot
50 g	Parmesan
2 EL	Sahne
500 ml	Gemüsefond
0,5 Bund	Basilikum
2 Zehen	Knoblauch
1 Schote	Chili, rot
0,5	Baguette
2 EL	Olivenöl
	Butterschmalz, zum Anbraten
	Zucker
	Salz
	Pfeffer

### **Zubereitung**

Die Paprika halbieren, entkernen, von den Scheidewänden befreien und fein schneiden. Den Knoblauch abziehen und ebenfalls fein schneiden. Die Tomaten vom Strunk befreien und würfeln. Die Chilischote längs halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden. Den Fond zum Kochen bringen und das Gemüse darin weich kochen. Anschließend das Ganze durch ein Sieb streichen und erneut zum Kochen bringen.

Vier Schalotten abziehen und die Kirschpaprika vom Strunk befreien. Einen Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, beides darin glasig schmoren und in die Suppe geben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Einen Zweig für die Garnitur beiseite legen und das restliche Basilikum zupfen und fein hacken. Zusammen mit einem Esslöffel Sahne zu der Suppe geben und warm stellen.

Die Kartoffeln schälen und fein reiben. Das Ei aufschlagen und trennen. Die Kartoffelmasse mit dem Eigelb vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Parmesan reiben und zu der Masse geben. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und mit einem Löffel Chips aus der Masse formen. Anschließend in der Pfanne knusprig braten.

Die Krebschwänze waschen, trocken tupfen und zusammen mit dem Speck in Stücke schneiden. Die restlichen Schalotten abziehen und in Scheiben schneiden. Die Krebschwänze, den Speck und die Zwiebeln abwechselnd auf zwei Spieße verteilen. Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Spieße darin anbraten. Das Baguette in Scheiben schneiden und kurz in der Pfanne mitrösten.

Die Suppe auf Teller geben, mit der restlichen Sahne garnieren und die Spieße auf Tellern platzieren. Mit den restlichen Basilikumblättern garnieren, das Baguette und die Parmesanchips dazu reichen und servieren.