



| Die Küchenschlacht - Menü am 27. August 2012 | „Leibgerichte“ Kolja Kleeberg

Leibgericht: „Rinderfilet in Weinbrandsoße mit Rosmarinbratkartoffeln“ von Alan Mirani

Zutaten für zwei Personen

500 g	Rinderfilet
250 g	Kartoffeln
100 g	rote Paprika
2	Zwiebeln
1 Stängel	Rosmarin
50 g	Mehl
150 g	Tomatenmark
1	Muskatnuss
200 ml	Schlagsahne
	Weinbrand, zum Abschmecken
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 70 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffeln schälen und in feine Scheiben schneiden. Eine Zwiebel abziehen und klein hacken. Die Kartoffelscheiben und die Hälfte der Zwiebel in die Pfanne geben. Beides in der Pfanne schmoren lassen, bis die Kartoffeln gar sind. Mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Rosmarin von dem Stängel zupfen und hinzugeben.

Die Rinderfilets waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Filets von beiden Seiten kräftig anbraten. Anschließend in genügend Alufolie wickeln und zehn Minuten in dem Backofen nachziehen lassen.

Eine Zwiebel abziehen und klein hacken. Die Paprika entkernen, schälen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebelwürfel und die Paprikawürfel glasig anschwitzen. Ein wenig Muskatnuss reiben und zusammen mit dem Mehl hinzugeben. Anschließend mit Schlagsahne aufgießen und mit Tomatenmark abschmecken. Die Masse aufkochen lassen und ein Schuss Metaxa dazugeben.

Das Rinderfilet aus dem Backofen nehmen mit den Rosmarinbratkartoffeln und der Metaxasoße auf einem Teller anrichten und servieren.



Leibgericht: „Rinderfilet mit Rotwein-Zwiebel-Soße, Zuckerschoten und Salzkartoffeln“ von Silvia Meemann

Zutaten für zwei Personen

200 g	Rinderfilet
4	fest kochende Kartoffeln
1	Tomate
50 g	Zuckerschoten
3	Zwiebeln
1	Knoblauchzehe
2 Zweige	Thymian
2 EL	flüssiger Honig
175 ml	Rotwein
200 ml	Gemüsefond
2 EL	Balsamicoessig
75 g	kalte Butter
	Erdnussöl, zum Anbraten
	Butter, zum Anbraten
	Zucker, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser garkochen.

Das Rinderfilet waschen und trocken tupfen. Etwas Erdnussöl in der Pfanne erhitzen und das Fleisch von allen Seiten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und zum Garen in den Ofen geben.

Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Den Thymian zupfen. Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und den Knoblauch und die Zwiebeln darin dünsten. Mit dem Rotwein ablöschen, den Gemüsefond und den Thymian zugeben. Die Soße einköcheln lassen.

Die kalte Butter einrühren und mit Balsamico-Essig, Honig, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Zuckerschoten in kochendem Wasser blanchieren und anschließend kalt abschrecken. Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und die Zuckerschoten darin schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Schale der Tomate so schälen, dass sie sich zu einer Rose formen lässt.

Die Kartoffeln abgießen und Salzen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und mit den Kartoffeln, der Soße, der Rose und den Zuckerschoten auf Tellern anrichten und Servieren.



Leibgericht: „Fleisch-Garnelen-Spieß mit Avocado und fruchtigem Spaghetti-Salat“ von Thomas Ehlert

Zutaten für zwei Personen

4	Riesengarnelen, mit Kopf und Schale
100 g	Rindersteak
125 g	Spaghetti
1	Knoblauchzehe
1	rote Paprika
1	Avocado
1	Limette
1	Pfirsich
1	Orange
1	Mango
2 Zweige	Zitronenmelisse
2 Zweige	Zitronenthymian
2 EL	weißer Balsamicoessig
2 EL	Maracujaessig
2 EL	Maracujasirup
	Olivenöl
	Butter, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Spaghetti in Salzwasser garkochen. Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Holzspieße in Olivenöl einlegen, damit sich das Fleisch nachher leichter löst.

Den Knoblauch abziehen und pressen. Die Avocado von Schale und Kern befreien und in kleine Würfel schneiden. Einen Esslöffel Olivenöl, Knoblauch und Limettensaft zugeben und pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Garnelen von Schale und Darm befreien und waschen. Das Rindfleisch waschen, trocken tupfen und in circa zwei Zentimeter große Würfel schneiden. Die Garnelen in der Paste wenden und nun abwechselnd mit dem Rindfleisch auf die Spieße stecken.

Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und die Spieße von allen Seiten anbraten. Anschließend mit der restlichen Paste bestreichen und für circa zehn Minuten in den Backofen geben.

Die Paprika und die Mango schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Den Pfirsich entkernen und würfeln. Die Orange filetieren und ebenfalls in Würfel schneiden.

Für das Dressing Den Balsamico- mit dem Maracujaessig vermischen. Olivenöl einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Zitronenmelisse und den Zitronenthymian zupfen und in die Marinade geben. Je nach Geschmack noch mit Maracujasirup abschmecken.

Die Spaghetti abgießen und mit dem Obst und der Paprika vermengen. Das Dressing über den Salat geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Spieße aus dem Ofen nehmen und mit dem Spaghetti-Salat auf Tellern anrichten und servieren.



Leibgericht: „Putengeschnetzeltes mit Spätzle und Feldsalat“ von Julia Barten

Zutaten für zwei Personen

300 g	Putenfilet
100 g	braune Champignons
100 g	Cocktailtomaten
150 g	Feldsalat
2	Schalotten
1/2 Bund	Schnittlauch
1	Muskatnuss
3	Eier
200 g	Schmand
300 g	Mehl
150 g	Butter
1 EL	Senf
300 ml	Gemüsefond
200 ml	Weißwein
200 ml	Balsamicoessig
1 EL	Zuckerrübensirup
1 EL	Sojasoße
100 ml	Olivenöl
	Pflanzenöl, zum Anbraten
	Speisestärke
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Mehl, die Butter und die drei Eier in einer Schüssel vermengen. Etwas von der Muskatnuss abreiben und 100 Milliliter Wasser dazugeben. Mit Salz abschmecken. Den Spätzleteig zehn Minuten ziehen lassen. Anschließend den Teig durch die Spätzlepresse drücken. Die geformten Spätzle in einem Topf mit reichlich Salzwasser garkochen.

Das Putenfilet waschen, trocken tupfen und klein schneiden. In der Speisestärke und der Sojasoße einlegen und ziehen lassen.

Den Feldsalat und die Tomaten waschen und trocken tupfen. Für das Dressing, das Olivenöl, den Balsamicoessig, den Senf und den Zuckerrübensirup vermengen. Anschließend zu dem Salat und den Tomaten geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Schalotten abziehen, in Würfel hacken und in einer Pfanne anbraten. Mit dem Weißwein und etwas Gemüsefond ablöschen und einkochen lassen.

Etwas Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und das Putenfilet in einer Pfanne kurz anbraten. Die Schalotten aus der Pfanne nehmen. Das Putenfilet auf einem Teller warm stellen.

Für die Soße den Bratensaft mit etwas Weißwein ablöschen und den Schmand untermengen. Anschließend die Champignons waschen, trocken tupfen, klein schneiden und hinzugeben. Den Schnittlauch klein hacken und die eingekochten Schalotten beifügen.

Nun die Spätzle abgießen, kurz in Butter schwenken und das Putenfilet unter die Soße mischen.

Das Putengeschnetzelte mit den Spätzle auf einem Teller anrichten und servieren.



Leibgericht: „Paniertes Schweinefilet mit Kartoffelsalat und Kräuter-Buttergemüse“ von Marvin Sekyere

Zutaten für zwei Personen

200 g	Schweinefilet
10	kleine festkochende Kartoffeln
3	Babykarotten
50 g	Mais, aus der Dose
50 g	Erbsen
50 g	Prinzessbohnen
1	Zucchini
1 Stange	Porree
1	Zwiebel
1	Zitrone
1/4 Bund	Schnittlauch
2 Zweige	Basilikum
2 Zweige	glatte Petersilie
1 EL	Weißweinessig
1 EL	mittelscharfer Senf
1 Prise	Zucker
3 EL	Kürbiskernöl
1	Ei
1 EL	Kräuterbutter
100 g	Vollkorn-Paniermehl
50 g	Mehl
	Butter, zum Anbraten
	Pflanzenöl zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Kartoffeln waschen und in einem Topf mit Salzwasser garkochen.

Das Schnitzelfleisch waschen und trocken tupfen, dann mit Salz und Pfeffer würzen. Ein Ei aufschlagen und verquirlen. Anschließend das Schnitzel erst in Mehl, dann im Ei und zuletzt im Paniermehl wenden

Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und das Schnitzel darin anbraten. Anschließend im Ofen warm halten

Die Zwiebeln abziehen und klein hacken. Die Babykarotten und den Porree klein schneiden.

Die Babykarotten, den Mais, die Erbsen und die Prinzessbohnen vermischen. In einer Pfanne etwas Butter erhitzen und die gehackte Zwiebel und den Porree darin andünsten. Die Zucchini halbieren und eine Hälfte klein schneiden. Die zweite Hälfte wird nicht benötigt. Das gemischte Gemüse hinzufügen und garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Schnittlauch, das Basilikum und die Petersilie waschen und klein hacken.

Für das Dressing des Kartoffelsalates den Essig, das Kürbiskernöl, den Senf, den gehackten Schnittlauch, Basilikum und Petersilie mit einer Prise Zucker mischen.

Die Schale der Kartoffeln abziehen, in Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Schließlich das Dressing darüber geben und mit den Kartoffeln vermischen.

Zitrone in Scheiben schneiden und diese halbieren. Die Kräuterbutter zu dem Gemüse geben und nochmal mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Schnitzel mit dem Kartoffelsalat, dem Buttergemüse und einer Zitronenscheibe auf Tellern anrichten und servieren.



Leibgericht: „Schweinegeschnetzeltes mit Kartoffelpüree und Gurkensalat“ von Brigitta Bräu

Zutaten für zwei Personen

2	Schweineschnitzel, à 200 g
3	mehlig kochende Kartoffeln
1	Zwiebel
1	Gurke
1/2 Bund	Dill
1	Muskatnuss
1 EL	Liebstöckel
1 Prise	Ingwerpulver
1 TL	Mehl
3 EI	Butter
150 ml	Sahne
2 EL	Weißweinessig
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser garkochen.

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Schnitzel waschen und trocken tupfen. Anschließend etwas platt klopfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Etwas Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Zwiebeln glasig anbraten, das Fleisch zugeben und ebenfalls anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und zum Warmhalten in den Ofen geben.

Den Liebstöckel und das Ingwerpulver zu dem Bratensud geben. Die Sahne mit dem Mehl vermischen und zu dem Sud geben und cremig einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Gurke schälen, halbieren, entkernen und in feine Scheiben hobeln. Den Dill zupfen und zu den Gurken geben. Aus dem Weißweinessig und einem guten Schuss Olivenöl ein Dressing herstellen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Kartoffeln abgießen und stampfen. Die Butter zugeben und mit Salz und Muskat würzen.

Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und wieder zu der Sahnesoße geben. Anschließend auf Tellern anrichten und mit dem Kartoffelpüree und dem Gurkensalat servieren.