

| Die Küchenschlacht - Menü am 31. März 2016 | „Hauptgang & Dessert“ Alexander Kumptner



Hauptgang: „Rotbarschfilet mit Ananas-Lauch-Relish“ von Angie Alessio

Zutaten für zwei Personen

Für den Rotbarsch:

- 2 Rotbarschfilets à 200 g, mit Haut
- 2 EL neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Relish:

- 1 Stange Lauch
- 1 kleine Ananas
- 1 Zitrone
- 1 rote Chilischote
- 3 cm Ingwer
- ½ Bund Schnittlauch
- 2 EL Butter
- 2 EL Sojasauce
- 2 EL trockener Sherry
- Brauner Zucker, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Einen Backofen auf 100 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Für das Relish die Ananas schälen, den harten Mittelstrunk entfernen und das Fruchtfleisch in kleine Stücke schneiden. Den Lauch putzen, gründlich waschen, trocknen und in feine Ringe schneiden. Den Ingwer schälen und fein reiben. Die Chilischote der Länge nach aufschneiden, entkernen, und fein hacken.

Für den Fisch die Fischfilets abspülen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Öl und die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Rotbarsch Filets darin auf beiden Seiten hellbraun braten.

Anschließend herausnehmen, auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Backofen ziehen lassen.



Den Saft einer Zitrone auspressen. Etwas Butter in das heiße Bratfett geben und Ingwer und Chilistückchen kurz darin anschwitzen. Mit zwei Esslöffel Zitronensaft, Sojasauce und Sherry ablöschen und vier bis fünf Minuten köcheln. Mit etwas Salz, Pfeffer und braunem Zucker abschmecken. Den Schnittlauch waschen, trocken tupfen und kleinschneiden.

Die Rotbarschfilets mit dem Ananas-Lauch-Relish auf Tellern anrichten, mit dem Schnittlauch bestreuen und servieren.



Dessert: „Zitronen-Muffins mit Preiselbeersahne“ von Angie Alessio

Zutaten für zwei Personen

Für die Zitronen-Muffins:

200g	Butter, Zimmertemperatur
4	Eier
200g	Zucker
125g	Mehl
125g	Speisestärke
1 TL	Backpulver
1 TL	Vanillezucker
1	Zitrone

Für die Glasur:

200g	Puderzucker
2	Zitronen

Für die Preiselbeersahne:

250ml	Sahne
180g	Preiselbeeren
1 TL	Puderzucker

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Butter, Zucker und Vanillezucker verrühren und schaumig schlagen.

Den Saft der Zitrone auspressen. Die Eier aufschlagen und nach und nach mit dem Zitronensaft unterrühren. Mehl, Speisestärke, Backpulver und etwas Zitronenabrieb mischen, zugeben und zu einem glatten Teig verarbeiten.

Die Teigmasse in die Förmchen geben und auf dem Rost auf mittlerer Schiene circa 15 bis 20 Minuten backen. Etwas abkühlen lassen.

Für die Glasur den Saft von zwei Zitronen auspressen und mit Hilfe eines Schneebesens mit dem Puderzucker vermengen. Auf die Muffins geben.

Für die Preiselbeersahne die Sahne mit dem Puderzucker steif schlagen. Anschließend die Preiselbeeren vorsichtig unterheben.

Die Muffins mit der Sahne auf Tellern anrichten und servieren.



Hauptgang: „Ribeye-Steak mit Bratkartoffeln und Tomaten-Gurken-Salat“ von Knut Barde

Zutaten für zwei Personen

Für das Steak:

- 2 Ribeye-Steaks a 220 g
- Pflanzenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Bratkartoffeln:

- 5 Kartoffeln
- 50 g geräucherter Speck
- 1 EL Butterschmalz
- Butter, zum Abschmecken

Für den Salat:

- 1 Gurke
- 8 Cherrytomaten
- 1 rote Zwiebel
- ½ Bund Basilikum
- 1-2 EL Olivenöl
- 1 TL Balsamicocreame
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Salz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Ofen auf 90 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Die Kartoffeln schälen, kleinschneiden und etwa zehn Minuten kochen. Den Speck würfeln.

Anschließend die Kartoffeln abgießen und mit dem Speck langsam in einer Pfanne mit Butterschmalz anbraten.

Die Steaks in der Grillpfanne von beiden Seiten scharf in Öl anbraten und bei 90 Grad im vorgeheiztem Ofen auf das Rost legen zum nachgaren. Mit Salzflöcken und Pfeffer würzen.

Für den Salat die Zwiebel abziehen und kleinschneiden. Die Tomaten und die Gurke waschen und klein schneiden. Das Basilikum waschen, trocknen und hacken. Die Zutaten



vermengen. Aus Olivenöl, Balsamico, Salz und Pfeffer ein Dressing herstellen und mit dem Salat vermengen.

Kurz vor dem Servieren etwas Butter zu den Kartoffeln geben. Mit Pfeffer und Salz würzen.

Die Steaks mit den Kartoffeln und dem Salat auf Tellern anrichten und servieren.



Dessert: „Applecrumble mit Vanillesahne“ von Knut Barde

Zutaten für zwei Personen

Für das Crumble:

3	rote Äpfel
100 g	Butter
100 g	Zucker
150 g	Mehl
1	Zitrone
½ TL	Zimt

Für die Vanillesahne:

150 ml	Sahne
1	Vanilleschote

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Den Saft einer halben Zitrone auspressen.

Eine kleine Auflaufform mit Butter einfetten. Die Äpfel schälen, in kleine Stücke schneiden, mit Zitrone beträufeln und in die Auflaufform Form geben.

Butter, Zucker, Zimt und Mehl zu einem Streuselteig vermengen und auf den Äpfeln verteilen. Anschließend etwa 30 Minuten bei 200 Grad backen.

Die Vanilleschote längs halbieren und mit einem Messer das Mark herauskratzen. Die Sahne schlagen und das Vanillemark hinzufügen.

Den Crumble auf Tellern verteilen, die Sahne daraufgeben und servieren.



Hauptgericht: „Lammrücken mit Kräuterkruste, Rotwein-Zwiebel-Sauce und sizilianischem Orangensalat“ von Graziella Macri

Zutaten für zwei Personen

Für den Lammrücken:

300 g Lammrückenfilet
50 g mittelscharfer Senf
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Kräuterkruste:

2 Scheiben helles Toastbrot
1 Knoblauchzehe
150 g Butter
1 Zweig Basilikum
1 Zweig Thymian
1 Zweig Petersilie
1 Zweig Majoran
1 Zweig Rosmarin

Für die Rotweinsauce:

1 Schalotte
250 ml trockener Rotwein
50 ml Sahne
1 Zweig Rosmarin
1 EL Zucker
Speisestärke, zum Abbinden
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Orangensalat:

1 Fenchel
2 süßliche Orangen
½ rote Zwiebel
50 ml Olivenöl
1 EL Chiliflocken
Salz, aus der Mühle

Zubereitung

Backofen auf 220 Grad Ober/Unterhitze vorheizen.

Für die Kräuterkruste Toastbrot zerbröseln, Basilikum, Thymian, Petersilie, Majoran und Rosmarin waschen, trockenwedeln und sehr fein hacken. Knoblauch abziehen und ebenfalls klein hacken. Nun alles vermischen und auf einen Teller geben.



Für den Lammrücken Olivenöl in einer Pfanne sehr heiß werden lassen. Die Lammrückenfilets waschen, trocken tupfen, würzen und von jeder Seite scharf anbraten bis sie schön dunkel werden. Nun die Filets raus nehmen und nur von oben mit dem Senf bestreichen. Anschließend die Filets in die Kräuter-Brot-Masse drücken und mit der Masse nach oben auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben. Die Butter in feine Scheiben schneiden und auf die Brot-Masse legen. Die Filets nun für circa 12 bis 15 Minuten in den bereits vorgeheizten Backofen geben. Den Ofen circa fünf Minuten vor Ende der Garzeit auf Grill umstellen und die Filets gratinieren lassen.

Für die Sauce den Zucker in einem Topf bei mittlerer Hitze schmelzen. Die Schalotte abziehen, sehr fein schneiden und im Zucker weich dünsten. Die Hitze hoch schalten und sobald es kräftig kocht, mit dem Rotwein ablöschen. Den Rosmarinzweig hineingeben und die Flüssigkeit auf die Hälfte reduzieren. Die Sahne dazu gießen und noch mal alles auf die Hälfte einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eventuell mit etwas Speisestärke abbinden.

Für den Orangensalat die Orangen schälen und in Stücke schneiden. Zwiebel abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Fenchel putzen und kleinschneiden. Orangen, Fenchel und Zwiebeln gut vermischen, mit Olivenöl vermengen und mit Chili und Salz würzen.

Lammrücken auf sizilianischem Orangensalat auf Tellern anrichten, die Sauce dazugeben und servieren.



Dessert: „Knusperjoghurt mit Pfirsichpüree“ von Graziella Macri

Zutaten für zwei Personen

Für den Mandel-Honig-Joghurt:

400 g	Pfirsiche
1	Zitrone
5 EL	flüssiger Honig
500 g	griechischer Joghurt (10 %)
100 g	Amarettini
4 EL	Zucker

Für die Garnitur:

50 g	Pistazien
------	-----------

Zubereitung

Für den Mandel-Honig-Joghurt Amarettini in einen Gefrierbeutel geben, mit dem Fleischklopfer zu feinen Bröseln schlagen. Diese Brösel in Gläser füllen, sodass der Boden komplett bedeckt ist.

Anschließend den Joghurt mit dem Honig glattrühren und diese Masse auf die Amarettini verstreichen.

Die Pfirsiche kurz in heißem Wasser blanchieren. Anschließend pellen und klein schneiden. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen.

Pfirsiche mit dem Zitronensaft und dem Zucker fein pürieren.

Mandel-Honig-Joghurt in Gläser geben, die Pfirsichmasse daraufgeben, mit Pistazien garnieren und servieren.



Hauptgang: „Hähnchen-Nuggets mit Kartoffelpüree und Chicoréesalat“ von Ulrich Haaf

Zutaten für zwei Personen

Für die Nuggets:

200g	Hähnchenfilet
1	Ei
150g	Semmelbrösel
3 Zweige	Rosmarin
	Rapsöl, zum Frittieren
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

Für die Kartoffeln:

6	Kartoffeln, mehligkochend
1 EL	Butter
200 ml	Sahne
1	Muskatnuss, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle

Für den Salat:

3	Chicorée
2	Orangen
1	Zitrone
40 g	Walnüsse
2 EL	Weißweinessig
4 EL	Walnussöl
½ TL	Dijonsenf, mittelscharf
1 TL	Ahornsirup
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Für die Kartoffeln einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Diese schälen, würfeln und etwa 15 Minuten kochen. Für den Salat den Chicorée waschen, putzen und klein schneiden, die Orangen filettieren, die Walnüsse klein hacken. Anschließend alle Zutaten vermengen.

Für das Dressing den Saft einer halben Zitrone auspressen. Zwei Esslöffel des Zitronensaftes mit dem Essig, dem Öl, Senf und dem Ahornsirup vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Über den Salat geben und ziehen lassen. Die Kartoffeln durch die Presse geben und mit Butter und Sahne pürieren. Abschließend mit Salz und Muskat abschmecken. Für die Nuggets das Hähnchenfilet waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Den Rosmarin waschen, trocken tupfen, fein hacken und mit den Semmelbröseln vermengen. Das Ei aufschlagen und verquirlen. Die Würfel mit Ei und Semmelbrösel panieren und mit Salz und Pfeffer würzen. In beschichteter Pfanne in Rapsöl von allen Seiten ausbacken.



Dessert: „Beschwipster Pfirsich-Crumble“ von Ulrich Haaf

Zutaten für zwei Personen

150 g	Mehl
100 g	Butter
75 g	Zucker
2 TL	Zimt
1 Pkg.	Vanillezucker
2	Pfirsiche
2 cl	Pfirsichlikör

Zubereitung

Einen Ofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Einen Topf mit heißem Wasser aufsetzen. Die Pfirsiche darin kurz blanchieren, anschließend abziehen und in Würfel schneiden.

Die Auflaufförmchen mit etwas Butter einreiben. Die Pfirsichwürfel darin verteilen und mit Pfirsichlikör beträufeln.

Mehl, Butter, Zucker, Zimt und Vanillezucker in eine Schüssel geben und vermengen. Die Streusel auf den Pfirsichen verteilen und circa 20 Minuten im Ofen backen.