

| Die Küchenschlacht - Menü am 14. März 2016 | „Hauptgänge und Desserts“: mit Nelson Müller



Hauptgang: „Hähnchencurry mit frischen Früchten und Reis“ von Gabriela Matti

Zutaten für zwei Personen

Für das Hähnchencurry:

2	Hähnchenbrüste, à ca. 200 g
1 Stange	Zitronengras
1 Knolle	Ingwer
1	Chili
1 Zehe	Knoblauch
1	Frühlingszwiebel
200 ml	Kokosmilch
1 EL	Rote Currypaste
20 g	Currypulver
1 Prise	Kurkumapulver
	Rapsöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Reis:

300 g	Basmatireis
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Früchte:

1	Banane
1	kleine Ananas
1	Mango
20 g	Butter
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

½ Bund	glatte Petersilie
--------	-------------------

Zubereitung

Reis waschen, in Salzwasser circa 15 Minuten bissfest garen.

Für das Hähnchencurry Knoblauch abziehen, schälen und fein würfeln. Frühlingszwiebel und Ingwer ebenfalls schälen und fein würfeln. Frühlingszwiebel von der äußeren Schale und den Enden befreien und in feine Ringe schneiden. Hähnchen waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin scharf anbraten. Frühlingszwiebel, Knoblauchwürfel, Zitronengras und Ingwer hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer, Kurkuma und Curry würzen. Mit Kokosmilch ablöschen. Circa zehn Minuten köcheln lassen. Vor dem Servieren die Zitronengrasstange wieder herausnehmen.



Ananas und Mango schälen, von Kern und Strunk befreien und in Würfel schneiden. Die Banane ebenfalls schälen und in Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne leicht erhitzen, die Fruchtwürfel darin schwenken und leicht warm werden lassen. Mit einer Prise Pfeffer würzen. Die Fruchtwürfel auf das Hühnencurry geben.

Für die Garnitur die Petersilie waschen und fein hacken.

Hühnencurry mit Reis und frischen Früchten auf Tellern anrichten, mit Petersilie garnieren und servieren.



Dessert: „Apfel-Mascarpone-Creme mit Calvados“ von Gabriela Matti

Zutaten für zwei Personen

1	Apfel (Boskop)
6	Löffelbiskuits
50 g	Mascarpone
30 g	Magerquark
100 ml	Sahne
1	Vanilleschote
½ EL	Vanillezucker
2 EL	Calvados
1 EL	Zucker

Für die Garnitur:

10 g	Kakaopulver
------	-------------

Zubereitung

Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

In einem kleinen Topf Wasser zum Kochen bringen. Äpfel schälen, vierteln, vom Strunk befreien und etwa zehn Minuten kochen. Zucker hinzugeben, pürieren und etwas auskühlen lassen.

Sahne steif schlagen. Die geschlagenen Sahne mit Mascarpone und Magerquark zu einer glatten Masse verrühren. Vanilleschote halbieren und das Mark herauskratzen. Vanillemark, Zucker und Vanillezucker unterrühren.

Löffelbiskuit zerkleinern, in Dessertgläser legen und mit Calvados tränken. Apfelpüree darauf verteilen und obenauf die Mascarpone-Creme geben. Kalt stellen.

Die Apfel-Mascarpone-Creme mit Calvados mit Kakaopulver bestäuben und servieren.



Hauptgang: „Gebratene Kalbsleber mit karamellisierten Äpfeln und Kartoffelpüree“ von Manfred Königs

Zutaten für zwei Personen

Für die Kalbsleber:

200 g	Kalbsleber
1	Zwiebel
1 Zehe	Knoblauch
½ Bund	Salbei
100 g	Butter
1 EL	Mehl
1 EL	Zucker
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die karamellisierten Äpfel:

1	Apfel (z.B. Braeburn)
50 ml	Weißwein
50 ml	Geflügelfond
2 EL	Apelessig
50 g	Zucker

Für das Kartoffelpüree:

300 g	mehlig kochende Kartoffeln
75 ml	Milch
100 g	Sahne
50 g	Butter
	Muskatnuss, zum Reiben
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die karamellisierten Äpfel Zucker in einem Topf hellbraun karamellisieren. Geflügelfond, Weißwein und Essig dazugeben und so lange reduzieren, bis der Karamellsud leicht gebunden ist. Den Topf von der Kochstelle nehmen. Den Apfel waschen, vierteln, entkernen, in acht Spalten schneiden und in den Karamellsud legen. Etwa fünf Minuten weiter köcheln lassen.

Für das Kartoffelpüree die Kartoffeln schälen, waschen, würfeln und in einem Topf in Salzwasser gar kochen. Zwei Esslöffel der Sahne zurück behalten und den Rest in einem Topf aufkochen, mit Salz und Muskat würzen. Kartoffeln zweimal durch eine Kartoffelpresse in einen Topf drücken. Heiße Sahne und 50 Gramm Butter zugeben, mit einem Holzlöffel glatt rühren.

Leber waschen, trocken tupfen, gegebenenfalls parieren. In grobe Würfel schneiden und leicht mit Mehl bestäuben. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebel in Ringe schneiden und in einer Pfanne in Butter glasig anschwitzen. Wieder heraus nehmen und beiseite stellen. Erneut Butter in derselben Pfanne schmelzen und die Leber darin scharf anbraten. Knoblauch andrücken und zu der Leber in die Pfanne geben. Salbei waschen, trocknen, von den Stielen zupfen und mit in die



Pfanne geben. Erneut etwas Butter in die Pfanne geben. Zwiebelringe wieder in die Pfanne geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kurz vor dem Servieren die restliche Sahne leicht anschlagen und unter das Kartoffelpüree heben. Die gebratene Kalbsleber mit karamellisierten Äpfeln und Kartoffelpüree auf Tellern anrichten und servieren.



Dessert: „Wildbeeren-Crumble mit Rosmarin und Orangenquark mit Minzzucker“ von Manfred Königs

Zutaten für zwei Personen

Für den Crumble:

100 g	Himbeeren
100 g	Blaubeeren
100g	Brombeeren
100 g	Johannisbeeren
1	Zitrone
50 g	weiche Butter
1	Zweig Rosmarin
50 g	Mehl
60 g	Zucker
1	Vanilleschote
1 Msp.	gemahlene Kardamomkapseln
	Puderzucker, zum Bestäuben
	Salz, aus der Mühle

Für den Orangenquark:

1	Orange, davon Saft und Abrieb
100 g	Magerquark
1 EL	Blütenhonig
½ Bund	Minze
2 EL	Zucker

Zubereitung

Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Streusel die Rosmarinnadeln abzupfen und fein hacken. Mehl, gehackte Rosmarin, Kardamon, Zucker, eine Prise Salz und Butter in Flöckchen mit dem Knethaken des Handrührgerätes verrühren, bis alles zu großen Streuseln wird. Eventuell mit den Händen weiter zu Streuseln verarbeiten.

Beeren verlesen. Saft einer halben Zitrone auspressen. Das Mark einer Vanilleschote herauskratzen. Zitronensaft und Vanillemark zu den Beeren geben und alles gut vermengen. Zuerst die Beere, dann obenauf die Streusel auf zwei kleine Auflaufförmchen verteilen. Im vorgeheizten Backofen circa 20 Minuten backen.

Honig in den Quark einrühren. Orange halbieren und eine Hälfte auspressen. Von der anderen Hälfte Zesten abreiben. Saft und Zesten in den Quark einrühren.

Minzblätter waschen, trocknen und von den Stielen zupfen. Minzblätter mit dem Zucker im Mörser zerdrücken.

Den Wildbeer-Crumble mit Rosmarin auf Tellern anrichten mit Puderzucker bestäuben, den Orangenquark daneben anrichten, mit Minzzucker betreuen und servieren.



Hauptgang: „Orientalisch geschmorte Aubergine mit Butter-Couscous und Joghurt-Minz-Dip“ von Ellena Domes

Zutaten für zwei Personen

Für die Aubergine:

2	Auberginen
2	Tomaten
2	Schalotten
2 Zehen	Knoblauch
200ml	Gemüsefond
1,5 TL	Garam Masala
4 EL	Olivenöl
1 EL	Tomatenmark
1 Bund	frischer Koriander
1 Bund	Petersilie
2 TL	edelsüßes Paprikapulver
1 TL	Zimtpulver
	Chili, aus der Mühle
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Coucous:

150 g	Instant Couscous
1 EL	Butter
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Joghurt-Minz-Dip:

100 g	griechischer Joghurt (stichfest)
1 Bund	Minze
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Auberginen waschen, abtrocknen, vom Strunk befreien und in etwa einen Zentimeter große Würfel schneiden. Die Schalotten und den Knoblauch schälen und sehr fein würfeln.

Die Tomaten kurz in kochendes Wasser geben, heraus nehmen und die Haut abziehen. Die gehäuteten Tomaten klein schneiden.

Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Auberginen bei starker Hitze kurz anbraten. Anschließend Zwiebeln und Knoblauch zugeben. Tomatenmark, Garam Masala und Paprika- und Zimtpulver kurz mit hinzugeben und kurz anrösten. Mit Gemüsebrühe ablöschen. Tomaten hinzugeben und mit Salz abschmecken. Etwa 15 Minuten köcheln lassen.



Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Couscous hineingeben, Herdplatte abschalten und den Couscous abgedeckt ziehen lassen. Minze waschen, abtrocknen und fein hacken. Joghurt mit einem Schneebesen aufschlagen. Minze hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Couscous auflockern und die Butter unterrühren. Die orientalisch geschmorte Aubergine mit Butter-Couscous und Joghurt-Minz-Dip auf Tellern anrichten und servieren.



Dessert: „Warmer Schokoladenkuchen mit flüssigem Kern und Himbeeren“ von Ellena Domes

Zutaten für zwei Personen

Für den Schokoladenkuchen:

2	mittelgroße Eier
60 g	Butter
80 g	Zartbitterschokolade
70 g	feiner Zucker
35 g	Mehl
15 g	ungesüßter Kakao zum Backen
1 Msp	feines Chilipulver
	etwas Puderzucker für die Deko

Für die Garnitur:

5	Himbeeren
---	-----------

Zubereitung

Backofen auf 210 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Schokolade in Stücke brechen und gemeinsam mit der Butter im Wasserbad schmelzen. Die Eier trennen und festen Eischnee herstellen. Eigelb mit dem Zucker schaumig rühren. Die geschmolzene Schokoladen-Butter-Mischung, Kakao und Mehl zugeben. Alles gut verrühren und anschließend den Eischnee unterheben.

Zwei kleine ofenfeste Porzellanförmchen einfetten und die Schokoladenmasse einfüllen. Etwa zehn Minuten im Ofen backen.

Die Kuchen vorsichtig aus der Form lösen und auf zwei kleine Teller stürzen. Kurz auskühlen lassen und etwas Puderzucker drüber sieben.

Den warmen Schokoladenkuchen mit flüssigem Kern auf Tellern anrichten mit Himbeeren garnieren und servieren.



Hauptgang: „Kalbsfilet mit Äpfeln und Schalotten in Cidre-Speck-Sauce und Couscous-Gemüse-Salat“ von Daniel Paasch

Zutaten für zwei Personen

Für das Kalbsfilet:

500 g Kalbsfilet, am Stück
Rapsöl

Für die Schalotten in Cidre-Speck-Sauce:

50 g durchwachsener Speck in dünnen Scheiben
3 mittelgroße Schalotten
2 mittelgroße rote Äpfel
150 ml Cidre
150 ml Kalbsfond
4 frische Lorbeerblätter
1 EL Puderzucker
Butter, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Couscous-Salat:

150 g Couscous
¼ Salatgurke
½ orange Paprikaschote
100 g Cherrytomaten
1 Frühlingszwiebel
1 Stiel Basilikum
½ Zitrone
3 EL Olivenöl
150 ml Gemüsefond
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

1 Stiel glatte Petersilie

Zubereitung

Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Schalotten in Cidre-Speck-Sauce den Speck in feine Streifen schneiden, in einer Pfanne ohne Fett knusprig rösten, herausnehmen und beiseite stellen.

Das Kalbsfilet in zwei bis drei Zentimeter dicke Scheiben schneiden, salzen und pfeffern. Öl in der Pfanne erhitzen, die Kalbsfilets von beiden Seiten circa drei Minuten anbraten, heraus nehmen und zugedeckt ruhen lassen.

Schalotten schälen und längs in vier Spalten schneiden. Die Äpfel vom Kerngehäuse befreien und mit der Schale in acht Spalten schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen, Äpfel darin wenden, mit Puderzucker bestreuen und goldbraun braten, herausnehmen. In derselben Pfanne Öl erhitzen



und die Schalotten darin anschwitzen. Lorbeerblätter hinzugeben und mit Cidre ablöschen. Flüssigkeit bei starker Hitze einreduzieren. Fond hinzugeben und etwa fünf Minuten köcheln lassen. Äpfel und Kalbsfleisch wieder in die Sauce geben und etwa fünf Minuten bei geringer Hitze ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Couscoussalat Salatgurke, Paprika und Tomate waschen, putzen und würfeln. Frühlingszwiebeln von der äußeren Schale befreien und in Ringe schneiden. Alles in eine Schüssel geben. Basilikum waschen, Blätter von den Stielen zupfen, grob hacken und zu dem Gemüse in die Schüssel geben. Einen Esslöffel frisch gepressten Zitronensaft hinzugeben, ebenso das Olivenöl. Mit Salz und Pfeffer würzen. Gemüsefond erhitzen, den Couscous damit in einer Schüssel aufgießen und ein paar Minuten quellen lassen. Danach den Couscous in die Schüssel zum Gemüse geben und unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Petersilie waschen, die Blätter von den Stielen zupfen und grob hacken. Den beiseitegelegten Speck und die gehackte Petersilie dekorativ über das Gericht geben.

Das Kalbsfilet mit Äpfeln und Schalotten in Cidre-Speck-Sauce und Couscous-Gemüse Salat auf Tellern anrichten und servieren.



Dessert: „Erdbeer-fraïche-Crumble“ von Daniel Paasch

Zutaten für zwei Personen

250 g	Erdbeeren
150 g	Crème fraïche
2 EL	Zucker
75 g	Butter
50 g	Mehl
	Schwarzen Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Für den Crumble Mehl, Zucker und 50 Gramm Butter in einer Schüssel miteinander vermischen und zu kleinen Streuseln kneten. Die Streusel in einer Ofenform im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad zehn Minuten goldbraun backen und anschließend etwas auskühlen lassen.

Die Erdbeeren vom Strunk befreien und vierteln. Zwei Erdbeeren ganz lassen und beiseite stellen. Die Erdbeerviertel in eine Schüssel geben, Pfeffer und Zucker hinzufügen, unterheben und etwas ziehen lassen.

Crème fraïche in ein hohes Gefäß geben, die Hälfte der geviertelten Erdbeeren dazugeben und pürieren. Die andere Hälfte auf die Dessertgläser verteilen. Ein paar Streusel für die Garnitur beiseitelegen, die restlichen gebackenen Streusel unter die Erdbeeren heben. Die Erdbeer-Creme-fraïche-Masse darüber geben. Zur Verzierung je eine ganze Erdbeere oben auflegen und mit etwas Streusel verzieren.

Das Erdbeer-fraïche-Crumble anrichten und servieren.