

# | Die Küchenschlacht - Menü am 10. März 2015 |

## „Vorspeisen“ Horst Lichter



### **Vorspeise: „Lauwarme Entenbrust mit Feldsalat“ von Walter Ullrich**

#### **Zutaten für zwei Personen**

##### *Für die Entenbrust:*

- 1 Entenbrust
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

##### *Für den Feldsalat:*

- 300 g Feldsalat
- 1 EL Sonnenblumenkerne
- 1 EL Pinienkerne
- 1 EL Kürbiskerne
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

##### *Für das Dressing:*

- 1 Zitrone
- 3 EL Olivenöl
- 2 EL Balsamico
- 2 EL Zucker
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### **Zubereitung**

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Entenbrust waschen und trocken tupfen. Die Haut mit einer Rasierklinge einritzen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Die Ente auf der Hautseite in die kalte Pfanne legen und auf mittlerer Stufe von beiden Seiten anbraten. Die Ente für 15 Minuten in den Backofen geben. Anschließend in Alufolie wickeln und zur Seite stellen.

Den Feldsalat gründlich waschen und abtropfen lassen. Die Wurzelansätze entfernen. Die Pinienkerne, Sonnenblumenkerne und Kürbiskerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett anrösten.

Die Zitrone auspressen. Aus dem Olivenöl, dem Balsamico, Salz, Pfeffer, Zitronensaft und dem Zucker ein Dressing anrühren.

Das Dressing und die Kerne über den Salat geben und die Entenbrust in Scheiben schneiden.

Die lauwarmer Entenbrust mit Feldsalat auf Tellern anrichten und servieren.



## **Vorspeise: „Kräuter-Gnocchi mit Gazpacho-Dressing und Knusperbrot“ von Mareike Hujo**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Kräutergnocchi:*

200 g	Ricotta
2	Eier
50 g	Butter
75 g	Mehl
40 g	Parmesan
100 g	gemischte Kräuter (Petersilie, Estragon, Majoran, Bärlauch)
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für das Gazpacho-Dressing:*

1	gelbe Paprika
1	rote Paprika
1	Salatgurke
1	Zwiebel, klein
1 Zehe	Knoblauch
75 ml	Tomatensaft
2 EL	Rotweinessig
30 ml	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für das Knusperbrot:*

4 Scheiben	Ciabatta
	Olivenöl, zum Bepinseln
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Für das Gazpacho je eine halbe Paprika längs halbieren, entkernen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Eine halbe Gurke schälen, längs halbieren, die Kerne entfernen und die Gurkenhälften in kleine Würfel schneiden. Die restliche Gurke und die restliche Paprika kann anderweitig verwendet werden. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden. Mit dem Tomatensaft, dem Essig und dem Öl verquirlen. Die Gemüsewürfel unterrühren und das Gazpacho-Dressing mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Gnocchi die Kräuter waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und in einem Mixer hacken. 25 Gramm Parmesan hinzufügen und ebenfalls klein hacken. Die Eier trennen, das Eiweiß kann anderweitig verwendet werden. Das Mehl mit dem Ricotta, den Eigelben, dem Parmesan und den Kräutern zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig mit Salz und Pfeffer pikant abschmecken. Von dem Teig mit nassen Teelöffeln Gnocchis abstecken und die in reichlich kochendem Salzwasser bei schwacher Hitze etwa fünf Minuten garen. Mit dem Schaumlöffel herausnehmen und gut abtropfen lassen. Die Butter in einer Pfanne zerlassen und die Gnocchi darin von allen Seiten goldgelb anbraten.



Das Ciabatta in Scheiben schneiden, mit Olivenöl bestreichen und in einer Pfanne rösten. Mit Salz und Pfeffer bestreuen.

Die Kräutergnocchi mit dem Gazpacho-Dressing und Knusperbrot auf Tellern anrichten, mit dem restlichen Parmesan bestreuen und servieren.



## **Vorspeise: „Riesling-Kräutersuppe mit Zander-Tatar und Blätterteigstange“ von Anja Holz**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Suppe:*

1	Kartoffel, klein
1	Schalotte
1 EL	Butter
50 g	kalte Butter
125 ml	halbtrockener Riesling
450 ml	Gemüsefond
100 ml	Sahne
½ Bund	Petersilie
½ Bund	Schnittlauch
	Salz, aus der Mühle
	weißer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für das Tatar:*

100 g	Zanderfilet, ohne Haut
½ EL	Sesamsamen
	Salz, aus der Mühle
	weißer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Blätterteigstange:*

2 Scheiben	Blätterteig
3 EL	Frischkäse

#### *Für die Garnitur:*

1 Bund	Dill
--------	------

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Schalotte abziehen, in feine Würfel schneiden und in einem Topf mit einem Esslöffel Butter andünsten. Mit dem Riesling ablöschen und etwas einkochen lassen. Die Petersilie und den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und grob hacken. Die Kartoffel schälen und reiben. Den Fond, die Sahne und die geriebene rohe Kartoffel zu den Schalotten geben. Alles aufkochen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Kräuter zugeben. Anschließend die Suppe mit dem Pürierstab fein pürieren. Vor dem Anrichten mit kalter Butter montieren und mit dem Pürierstab erneut aufschäumen.

Den Blätterteig mit dem Frischkäse bestreichen, aufrollen und für zwanzig Minuten in den Ofen geben.

Das Zanderfilet in kleine Würfel schneiden und mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Den Sesam untermengen und einen Esslöffel Zandertatar gehäuft in die Mitte des Tellers geben und zehn Minuten in den Ofen geben.



Die Suppe vorsichtig um das gegarte Zandertatar gießen.

Die Riesling-Kräutersuppe mit Zandertatar und Blätterteigstange auf Tellern anrichten, mit Dill garnieren und servieren.



## **Vorspeise: „Gefüllte Mozzarellakugeln mit Quarkbrötchen und Mozzarella-Basilikum-Schaum“ von Harry Grötz**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Mozzarellakugeln:*

2 Kugeln	Mozzarella, groß
80 g	getrocknete Tomaten, in Öl eingelegt
10	trocken eingelegte, schwarze Oliven
5 Scheiben	Serranoschinken

#### *Für den Mozzarella-Oliven-Schaum:*

1 Kugel	Mozzarella, groß
250 ml	Sahne
125 ml	trockener Weißwein
1 Bund	Basilikum

#### *Für die Quarkbrötchen:*

200 g	Quark
1	Ei
250 g	Dinkelmehl
1 TL	Weinsteinbackpulver
1 TL	Salz
	Sesam, zum Bestreuen
	Mohn, zum Bestreuen

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Für die Quarkbrötchen den Quark mit dem Ei, dem Salz und 50 Milliliter lauwarmem Wasser vermengen. Das Mehl mit dem Weinsteinbackpulver vermischen und unter die flüssige Masse rühren. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und den Teig mit zwei Esslöffeln zu sechs Brötchen formen. Mit Sesam und Mohn bestreuen und für 25 Minuten backen.

Für die Mozzarellakugeln die Oliven und die Tomaten in einem Mixer pürieren. Den Mozzarella halbieren und mit der Tomaten-Olivenpaste bestreichen. Wieder zusammenklappen und mit dem Schinken umwickeln. In eine Auflaufform geben und zwanzig Minuten im Ofen backen.

Für den Mozzarella-Basilikum-Schaum die Sahne mit dem Weißwein in einem Topf aufkochen und etwas reduzieren lassen. Den Mozzarella fein würfeln und in die reduzierte Sahne-Weißwein-Mischung geben. Mit dem Pürierstab aufschäumen. Den Basilikum kleinschneiden und dazugeben.

Die gebackenen Mozzarellakugeln mit Quarkbrötchen Mozzarella-Oliven-Schaum auf Tellern anrichten und servieren.



**Vorspeise: „Kalbscarpaccio mit frittierten Kapern, Crostini und Oliventapenade“ von Jenny Höhne**

**Zutaten für zwei Personen**

*Für das Kalbscarpaccio:*

150 g Kalbsfilet (möglichst angefroren)  
Fleur de Sel  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für die Sauce:*

175 g Veggie Tuna  
3 Sardellenfilets  
100 g Kapern  
3 EL Mayonnaise  
3 EL Crème fraîche  
1 Zitrone  
25 ml Milch  
Zucker, zum Abschmecken  
Fleur de Sel  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für die Crostini:*

1 Ciabatta  
1 Zehe Knoblauch  
4 Wachteleier  
Olivenöl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für den Rucola:*

100 g Rucola  
50 ml Olivenöl  
2 EL Honig  
weißer Balsamicoessig  
Zucker, zum Abschmecken  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für die Oliventapenade:*

½ Zitrone  
100 g grüne Oliven, entsteint  
2 TL Senf  
50 ml Olivenöl  
Zitronenpfeffer

*Für die frittierten Kapern:*

50 Kapern  
20 g Mehl  
Pflanzenöl, zum Frittieren



*Für die Garnitur:*

50 g                    Parmesan  
                          Kresse, zum Garnieren

### **Zubereitung**

Für die Oliventapenade die Zitrone auspressen. Die Oliven mit Senf in der Moulinette zerkleinern. Das Öl, den Zitronensaft und den Zitronenpfeffer zufügen und zu einer geschmeidigen Masse mixen. Mit Fleur de Sel und Pfeffer würzen.

Das Kalbsfilet in dünne Scheiben schneiden und zwischen Frischhaltefolie leicht plattieren. Die Scheiben auf einem flachen Teller auslegen.

Die Sardellen kalt abspülen und trocken tupfen. Anschließend die Sardellen, die Mayonnaise, die Crème fraîche und die Kapern mit dem Pürierstab fein mixen. Mit Fleur de Sel, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft abschmecken. Je nach Konsistenz etwas Milch hinzugeben, sodass die Sauce flüssig ist.

Den Rucola mit etwas Olivenöl, dem Honig, dem Balsamicoessig, etwas Zucker, Salz und Pfeffer marinieren und anschließend über das Carpaccio geben.

Für die frittierten Kapern diese in etwas Mehl wälzen und anschließend in einem kleinen Topf in Pflanzenöl knusprig frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Die Wachteleier vier Minuten wachweich kochen.

Für die Crostini den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Das Ciabatta in Scheiben schneiden und in etwas Öl mit dem Knoblauch hellbraun anrösten. Abtropfen lassen. Die Oliventapenade auf die Crostini geben und mit je einem aufgeschnittenen Wachtelei und Kresse garnieren

Das Kalbscarpaccio mit frittierten Kapern, Crostini und Oliventapenade auf Tellern anrichten, mit gehobeltem Parmesan garnieren und servieren.