

**| Die Küchenschlacht – Menü am 03. April 2017 |
Leibgericht mit Alexander Herrmann**



Philipp Teschner

Königsberger Klöße mit Bouillon-Reis und Walnuss-Feldsalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Klöße:

300 g Hackfleisch vom Kalb
5 Sardellenfilets
30 g Kapern
1 weißes altbackenes Brötchen
80 g Crème Double
80 g eiskalte Butter
1 Zitrone, davon Abrieb und Saft
1 Ei, davon das Eigelb
250 ml Sahne
250 ml Milch
400 ml Kalbsfond
1 Muskatnuss, zum Reiben
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schale von der Zitrone abreiben, Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Brötchen entrinden, in Würfel schneiden, ca. 4 Minuten in Milch einweichen und ausdrücken. Sardellenfilets wässern, trocknen und klein hacken. Das Ei trennen. Brotwürfel und Sardellenfilets mit dem Kalbshack, einem Eigelb, der abgeriebenen Zitronenschale, etwas Salz, Pfeffer und Muskat vermischen. Aus der Fleischmasse kleine Klöße formen.

Die Klöße in einem Topf mit simmerndem Kalbsfond 7 Minuten ziehen lassen. Klöße warm stellen.

Den Pochierfond in einer großen Pfanne mit der Sahne aufkochen. Kapern dazugeben, mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Mit Crème Double und eiskalter Butter die Sauce aufmontieren.

Die Klöße in die Sauce geben.

Für den Reis:

200 g Langkornreis
50 g Pinienkerne
400 ml Kalbsfond
Olivenöl, zum Anbraten

Den Reis in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen, Kalbsfond aufgießen und ca. 15 Minuten garkochen.

Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl rösten. Reis mit den Pinienkernen vermischen.

Für den Feldsalat:

100 g Feldsalat
3 Champignons
6 Walnusskerne
1 Schalotte
20 ml Sherryessig
30 ml Walnussöl
1 TL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Feldsalat waschen, verlesen und trockenschleudern.

Sherryessig mit Zucker, Salz und Pfeffer verquirlen. Schalotte abziehen, fein hacken und zum Essig geben. Mit dem Öl cremig aufschlagen.

Champignons putzen und in Scheiben hobeln. Walnüsse in kleine Stücke hacken und den Parmesan grob hobeln.

Feldsalat, Champignons, Walnüsse und Parmesan miteinander vermengen und mit der Vinaigrette beträufeln.

Für die Garnitur:

2 Zweige glatte Petersilie

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Die Königsberger Klöße mit Bouillon-Reis und Walnuss-Feldsalat auf Tellern anrichten, mit Petersilie garnieren und servieren.



Erna Henzler

Zürcher Geschnetzelteltes mit glasierten Möhrchen und Rösti

Zutaten für zwei Personen

Für das Geschnetzelteltes:

2 Kalbsschnitzel aus der Keule à 160 g
 200 g Champignons
 1 Zwiebel
 1 EL Butter
 150 g Sahne
 1 EL Mehl
 75 ml trockener Weißwein
 3 Zweige glatte Petersilie
 3 EL neutrales Pflanzenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel abziehen und klein würfeln. Die Champignons putzen und in feine Scheiben schneiden. Die Butter mit Mehl verkneten.

Das Kalbfleisch waschen, trockentupfen und schnetzeln. Öl in einer Pfanne erhitzen, das Geschnetzelteltes in kleinen Portionen darin anbraten und mit dem Bratensaft beiseitestellen. Die Zwiebel in einer weiteren Pfanne glasig braten. Die Champignons hinzufügen und mitbraten. Mit Weißwein ablöschen und Sahne angießen. Die Mehl-Butter in der Sauce auflösen. Einige Minuten köcheln lassen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Die Petersilie unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fleisch und Fleischsaft vor dem Servieren dazugeben und nochmal leicht erhitzen.

Für die Möhrchen:

1 Bund Karotten mit Grün
 100 ml Gemüsefond
 30 g Butter
 1 EL Zucker

Die Karotten schälen und einen kleinen grünen Ansatz stehen lassen.

Butter mit Zucker in einem Topf aufschäumen. Karotten darin ca. 5 Minuten dünsten, Fond angießen und weitere 10 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Rösti:

500 g festkochende Kartoffeln
 1 Muskatnuss, zum Reiben
 2 EL neutrales Pflanzenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen und mit einer Vierkantreibe grob reiben. Die Kartoffelraspeln zu kleinen Talern formen. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Taler darin etwa 5 Minuten von beiden Seiten goldbraun braten.

Das Kalbs-Gesnnetzelteltes mit glasierten Möhrchen und Rösti auf den Tellern anrichten, mit den Kräutern bestreuen und servieren.



Sam Bakarbessy

Babi pangang mit Wok-Gemüse und gelbem Reis

Zutaten für zwei Personen

Für den Eintopf:

200 g Schweinefleisch aus der Keule
 2 Zwiebeln
 2 Knoblauchzehen
 ½ TL Stärke
 30 g Ketchup
 1 EL Butter
 40 g passierte Tomaten
 1 EL brauner Zucker
 3 EL Agavendicksaft
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Fleisch waschen, trockentupfen und schnetzeln. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein hacken. Braunen Zucker mit Ketchup, passierten Tomaten und Agavendicksaft anrühren. Zwiebeln und Knoblauch mit dem Fleisch in einer Pfanne mit aufgeschäumter Butter kräftig anrösten. Die Tomatensauce angießen und aufkochen lassen. Stärke mit wenig Wasser anrühren und die Sauce damit abbinden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den gelben Reis:

140 g Basmatireis
 700 ml Kokosmilch
 25 g Salamblätter
 4 Kaffir-Limettenblätter
 2 TL Kurkuma
 ½ TL feines Salz

Den Basmatireis mit etwa 300 ml Wasser und Kokosmilch in einem Topf aufsetzen und aufkochen lassen. Die Salam- und Keffir-Limettenblätter sowie Kurkuma dazugeben und etwa 13 Minuten bei niedriger Hitze quellen lassen.

Den Reis am Ende der Kochzeit durch ein Sieb abgießen und mit Salz abschmecken.

Für das Gemüse:

2 Baby-Pak-Choi
 50 g grüne Bohnen
 ¼ Blumenkohl
 2 Karotten
 50 g Bambussprossen
 50 g Petehbohnen
 1 Zwiebel
 2 Knoblauchzehen
 1 Knolle Ingwer à 2 cm
 60 g Tempeh
 25 g Salamblätter
 4 Kemirinüsse
 75 ml Gemüsefond
 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
 2 TL Kurkuma
 ¼ Bund Koriander
 30 ml Erdnussöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die grünen Bohnen in einem Topf mit kochendem Salzwasser etwa 3 Minuten blanchieren, abseihen und in Eiswasser abschrecken. Pak Choi waschen, Strunk entfernen und grob schneiden. Blumenkohl vom Grün befreien, Strunk entfernen und feine Röschen herauslösen. Karotten schälen, von den Enden befreien und grob hacken. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Ingwer schälen und reiben. Tempeh grob hacken.

Erdnussöl in einer Wokpfanne erhitzen und das vorbereitete Gemüse, die Sprossen und Petehbohnen darin etwa 3 Minuten scharf anbraten. Kreuzkümmel und Kurkuma dazugeben und mitrösten. Tempeh hineingeben, den Fond angießen und nochmals kurz aufkochen. Die Kemirinüsse reiben und untermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Babi pangang mit Wok-Gemüse und gelbem Reis auf Tellern anrichten.



Claudia Pietza

Chili con carne "authentico" mit Kartoffelchips

Zutaten für zwei Personen

Für die Kartoffelchips:

3 festkochende Kartoffeln
 3 EL Paniermehl
 1 TL rosenscharfes Paprikapulver
 3 EL Sonnenblumenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 220 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen, in feine Scheiben schneiden und in Öl wälzen. Paniermehl mit etwas Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Die Kartoffelscheiben im gewürzten Paniermehl wälzen und auf einem mit Backpapier belegtem Backblech im Ofen ca. 15 Minuten knusprig backen.

Für den Eintopf:

1 Rinderfilet à 250 g
 1 rote Paprikaschote
 1 Fleischtomate
 50 g vorgekochter Gemüsemais
 2 milde grüne Peperonischoten
 1 Gemüsezwiebel
 150 g vorgekochte Kidneybohnen
 100 ml flüssige Sahne
 4 EL Tomatenmark
 2 EL Zucker
 ¼ TL gemahlener Zimt
 1 EL Chiliflocken
 1 Muskatnuss, zum Reiben
 neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Den Ofen auf 170 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Das Rinderfilet waschen, trockentupfen und mit Zimt, Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch von allen Seiten in der Pfanne scharf anbraten. Das Fleisch im Ganzen im Ofen für ca. 10 Minuten nachgaren.

Zwiebel abziehen und in grobe Würfel schneiden. In der Pfanne mit dem Zucker karamellisieren. Kidneybohnen mit Muskat, Zimt und Salz bestreuen und in den Chiliflocken schwenken. Mais dazugeben und durchrühren. Tomaten putzen und in Würfel schneiden. Paprika und Peperoni halbieren, von Kernen befreien und klein hacken. Das gesamte Gemüse zu den Zwiebeln in die Pfanne geben und unter Rühren garen. Tomatenmark salzen und pfeffern, mit dem Rindersaft und etwas Wasser anrühren, zum Chili in die Pfanne geben und mit Sahne aufkochen.

Rinderfilet in Streifen schneiden und unter das Chili heben.

Das Chili con carne mit Kartoffelchips auf Tellern anrichten, mit Jalapeñoscheiben garnieren und servieren.



Andreas Reuschel

Gebackene Seezunge mit Meerrettichschaum, Knoblauchbrot und Rote-Bete-Kartoffel-Püree

Zutaten für zwei Personen

Für das Püree:

2 Knollen vorgegarte Rote Bete
300 g mehligkochende Kartoffeln
50 g Sahne
50 ml Milch
150 g Butter
1 Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen, halbieren in einem Topf mit Salzwasser garkochen. Kartoffeln abgießen und ausdämpfen lassen. Die Kartoffeln zweimal durch eine Kartoffelpresse drücken. Die Sahne mit Milch und Butter aufkochen und unter die Kartoffelmasse rühren. Mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Rote Bete mit dem Stabmixer pürieren und unter das Kartoffelpüree rühren.

Für die Seezunge:

2 Seezungenfilets ohne Haut à 120 g
150 g Mehl
100 g Stärke
1 Ei
1 Prise Natron
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Ei in eine Schüssel geben und mit 270 ml eiskaltem Wasser schaumig schlagen. Natron, 100 g Mehl und Stärke unterrühren und kräftig aufschlagen. Den dünnflüssigen Teig.

Den Fisch waschen, trockentupfen, leicht plattklopfen und in Stücke teilen. Mit Salz und Pfeffer würzen, melieren und durch den Backteig ziehen. In einer Fritteuse ca. 3 Minuten goldgelb ausbacken.

Für den Meerrettich-Schaum:

1 TL Sahnemeerrettich
1 Stange Meerrettich à 3 cm
1 Schalotte
100 ml Geflügelfond
100 ml trockener Weißwein
100 ml Sahne
25 g Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schalotten abziehen, fein hacken und in einem Topf mit aufgeschäumter Butter anschwitzen. Weißwein und Fond angießen und reduzieren. Mit Sahne auffüllen und den Meerrettich aus dem Glas einrühren. Etwas frischen Meerrettich reiben. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und geriebenem Meerrettich abschmecken. Durch ein Sieb passieren und mit einem Mixstab zu einem Schaum aufmixen.

Für das Brot:

½ Baguette
4 Knoblauchzehen
4 Schalotten
100 g Butter
1 EL Cognac
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Knoblauch und Schalotten abziehen und fein hacken. Mit der Butter verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Cognac dazugeben.

Baguette alle 2 cm einschneiden. Die Knoblauchbutter in die Zwischenräume streichen, Baguette zusammendrücken und in die Alufolie einschlagen.

Das Brot ca. 20 Minuten goldbraun backen.

Die Seezunge mit Meerrettichschaum, Knoblauchbrot und Rote-Bete-Kartoffel-Püree auf Tellern anrichten und servieren.



Alina Schulz

Rindfleisch aus dem Wok mit Chili-Erdnuss-Sauce und Cashew-Basmati

Zutaten für zwei Personen

Für das Rindfleisch:

200 g Rindfleisch aus der Hüfte
 2 ½ EL Sojasauce
 1 EL Sesamöl
 ¼ TL Chilipulver
 neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und grob schnetzeln. In einer Schüssel Sojasauce, Sesamöl und Chilipulver verrühren und das Fleisch darin ca. 20 Minuten marinieren. Öl im Wok erhitzen, das Fleisch darin kräftig rundum anbraten, aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.

Für den Reis:

140 g Basmati
 50 g Cashewkerne
 ½ TL feines Salz

Den Reis in einem Topf mit 300 ml leicht gesalzenem Wasser etwa 13 Minuten garkochen. Die Cashewkerne in einer Pfanne ohne Öl rösten und abkühlen lassen. Die Hälfte der Cashewkerne mit dem Reis vermengen.

Für die Sauce:

50 g Champignons
 ½ rote Paprika
 2 Karotten
 10 Zuckerschoten
 ½ kleine Zucchini
 1 Frühlingszwiebel
 1 Knolle Ingwer à 1 cm
 50 g Mungobohnensprossen
 200 ml Kokosmilch
 1 ½ EL Erdnusscreme
 ¾ TL rote Currypaste
 2 Kaffir-Limettenblätter
 2 Zweige Koriander
 neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten

Die Frühlingszwiebel putzen, von der äußeren Schale befreien und in schräge Ringe schneiden. Zuckerschoten, Zucchini und Pilze waschen und grob würfeln. Paprika halbieren, das Kerngehäuse ausschneiden und würfeln. Karotten schälen, von den Enden befreien und grob hacken. Im Fleisch-Wok Öl erhitzen und das Gemüse darin ca. 5 Minuten anrösten. Kokosmilch und Erdnusscreme hinzufügen. Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Ingwer schälen und fein schneiden. Mit Kaffir-Limettenblättern, Koriander, Ingwer und Currypaste würzen. Die Mungobohnensprossen zufügen.

Die Sauce mit etwas Koriander und den restlichen Cashewkernen garnieren.

Das Rindfleisch aus dem Wok mit der Chili-Erdnuss-Sauce und Cashew-Basmati auf Tellern anrichten und servieren.