

▪ Die Kuchenschlacht – Menü am 13. Mai 2022 ▪
Finalgericht von Alfons Schuhbeck



Rehrücken auf Preiselbeersauce mit Polenta-Knödeln in Butterbrösel und Spargel-Morchel-Gemüse

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch:

250 bis 300 g Rehrücken, ohne Knochen, küchenfertig
½ TL neutrales Öl
2 EL Butter
Etwas Wildgewürz, zum Würzen
Mildes Chilisalz, zum Würzen

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Auf die unterste Einschubleiste ein tiefes Blech und darüber ein Ofengitter schieben. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel darin verteilen. Rehrücken darin rundherum kurz anbraten, auf das Ofengitter legen und im vorgeheizten Backofen ca. 25 Minuten rosa durchziehen lassen.

Butter bräunen und mit etwas Wildgewürz und Chilisalz würzen und den Rehrücken darin wenden.

Für die Sauce:

75 ml kräftiger Rotwein
50 ml ungesüßter Preiselbeersaft (Muttersaft)
2 Scheiben Ingwer
Zitronenabrieb
Orangenabrieb
¼ bis ½ TL Speisestärke
30 g sehr kalte Butter
1 geh. TL Puderzucker
Chilisalz, zum Würzen

Puderzucker in einen Topf oder eine Pfanne sieben und darin bei mittlerer Hitze hell karamellisieren lassen. Mit dem Rotwein ablöschen und auf ein Drittel einköcheln lassen. Mit Preiselbeersaft abschmecken. Speisestärke mit wenig kaltem Wasser glatt rühren und unter die köchelnde Flüssigkeit rühren, bis diese leicht sämig bindet. Ingwer, Orangen- und Zitronenabrieb hinzufügen, einige Minuten in der Sauce ziehen lassen und anschließend wieder entfernen. Die kalte Butter in kleine Stückchen schneiden, unter die heiße Sauce rühren, dabei aber nicht kochen lassen. Mit Chilisalz würzen.

Für die Polenta-Knödel:

75 g Instant-Polenta
½ Knoblauchzehe
1 kleine, getrocknete rote Chilischote
1 Ei
100 ml Milch
75 ml Gemüsefond
Muskatnuss, zum Reiben
Mildes Chilisalz, zum Würzen
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fond und Milch in einem Topf aufkochen. Polenta-Grieß einrieseln lassen und unter Rühren einige Minuten dicklich einköcheln. Polenta-Brei mit Chilisalz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Topf vom Herd nehmen und Polenta etwas abkühlen lassen. Ei verquirlen und unter Polenta rühren. Aus der Polenta-Masse mit angefeuchteten Händen 6 oder 8 kleine Knödel formen. In einem Topf Salzwasser aufkochen, Knoblauch und Chili einlegen. Knödel ins Wasser geben und darin 15 bis 20 Minuten am Siedepunkt ziehen lassen.

Für die Butterbrösel:

25 g Weißbrotbrösel
50 g Butter

Butter bei mittlerer Hitze in einer Pfanne schmelzen lassen, Weißbrotbrösel hinein rühren und langsam goldbraun bräunen. Dabei beständig wenden.

Für das Spargel-Morchel-Gemüse:

14 kleine getrocknete Spitzmorcheln
150 g grüner Spargel
150 g weißer Spargel
½ Knoblauchzehe

Morcheln etwa 1 Stunde lang in 175 ml Geflügelfond einweichen. Morcheln aus dem Fond nehmen. Die Einweichflüssigkeit durch einen feinen Papierfilter oder ein Blatt Küchenpapier gießen, um den feinen Sand heraus zu filtern.

1 Scheibe Ingwer
1 Zitrone, 1 Msp. Abrieb
250 ml Geflügelfond
1 TL frisch geschnittene Petersilie
1 EL kalte Butter
Mildes Chilusalz, zum Würzen

Die grünen Spargelstangen waschen, nur im unteren Drittel schälen und die holzigen Enden entfernen. Die weißen Stangen ebenfalls waschen und schälen. Nachdem die holzigen Enden entfernt wurden, alle Stangen schräg dritteln (Je nach Dicke ggf. zuvor längs dritteln).

Spargel mit dem übrigen Fond (75 ml) in eine Pfanne geben, Knoblauch und Ingwer hinzugeben, mit einem Blatt Backpapier bedecken und am Siedepunkt ca. 8 Minuten noch leicht bissfest garen. Petersilie und Zitronenabrieb hinzufügen und mit Chilusalz würzen. 2 Minuten ziehen lassen, Knoblauch und Ingwer entfernen und die Butter unterrühren.

Zum Servieren die Sauce auf vorgewärmte Teller verteilen. Den Rehrücken in breite Stücke schneiden und darauf setzen. Die Polenta-Knödel mit daneben anrichten und mit Butterbröseln toppen. Spargel-Morchel-Gemüse dazu anrichten und servieren.

Zusatzzutaten von Klaus: Klaus gab die Preiselbeeren, die Wacholderbeeren und den Portwein mit Preiselbeere, aus dem Glas Wacholderbeeren Roter Portwein

Zusatzzutaten von Lioba: Lioba gab die Preiselbeeren, das Lorbeerblatt und den Portwein mit in die Preiselbeeren, aus dem Glas Lorbeerblatt Roter Portwein
Sauce. Außerdem tauschte Lioba alle nicht veganen Produkte aus: Anstatt des Rehs nutze sie Austernpilze und gab sie mit Öl in die heiße Pfanne. Anschließend erhitze sie Margarine mit Wildgewürz und Chilusalz und wendete die Pilze darin. Ansonsten tauschte sie Butter gegen Margarine, Kuhmilch gegen Hafermilch, Ei gegen Johannisbrotkernmehl und Geflügelfond gegen Gemüsefond aus.

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 13. Mai 2022 ▪
Zusatzgericht von Alfons Schubbeck



Gebratener Saibling auf Spargelsalat mit Schnittlauch-Sauce

Zutaten für zwei Personen

Für den Saibling:

2 Saiblingsfilets mit Haut, ohne Gräten
3 EL doppelgriffiges Mehl
1 EL neutrales Öl
Mildes Chilissalz

Die Saiblingsfilets in zwei oder drei Stücke schneiden und mit der Hautseite kurz in das Mehl legen. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur etwas stärker erhitzen, sodass die Pfanne wirklich heiß ist. Öl hinein geben und die Saiblingsfilets mit der Hautseite nach unten darin in ca. 2 Minuten hell anbräunen. Filets wenden, Pfanne vom Herd nehmen und in der Resthitze der Pfanne saftig durchziehen lassen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Chilissalz würzen.



Beim Kauf von **Saibling** sollten Sie darauf achten, dass der Fisch aus nachhaltiger Fischerei stammt. WWF empfiehlt insbesondere Produkte, die mit einem Bio Label (Aquakultur) sowie mit dem ASC Label (Aquakultur) gekennzeichnet sind. Empfehlenswert sind Fische, die aus Europa und der Schweiz stammen und in Kreislaufanlagen gezüchtet werden, außerdem Fische aus Island, die aus Teichanlagen und Durchflussanlagen stammen.

Für den Spargelsalat:

10-15 eingelegte Morcheln
150-200 g weißer Spargel
150 -200 g grüner Spargel
1 rote Chilischote
1 kleines Stück Ingwer
1 Zitrone, Abrieb
70 ml Gemüsefond
½ Zitrone, 1 EL Saft
1 EL mildes Olivenöl
1 TL Puderzucker
Zucker, zum Abschmecken
Mildes Chilissalz
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Spargel schälen, den Grünen dabei nur im unteren Drittel und die Spargelstangen in sehr schräge Scheiben von 5-8 mm Dicke schneiden. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze den Puderzucker farblos karamellisieren, Spargel darin kurz anschwitzen, Fond dazu geben und in 6-8 Minuten bei milder Hitze dämpfen. Dafür ein Backpapier in der Größe der Pfanne ausschneiden und drauflegen. So verliert man nicht so viele Vitamine, als wenn man den Spargel im Wasser kochen würde. Anschließend den grünen Spargel in Eiswasser abschrecken, damit er die schöne grüne Farbe nicht verliert. in eine Schüssel füllen und mit Zucker, Zitronensaft und Zitronenabrieb, geriebenem Ingwer, Chili und Olivenöl vermischen, mit Chilissalz und Pfeffer würzen. Morcheln ohne Flüssigkeit dazugeben und etwas ziehen lassen.

Für die Schnittlauch-Sauce:

60 g griechischer Joghurt
1 kleines Stück Ingwer
½ TL scharfer Senf
1 Zitrone, Saft & Abrieb
4 Stiele Schnittlauch
1 Prise Zucker
Mildes Chilissalz

Joghurt mit dem Senf verrühren. Mit einigen Tropfen Zitronensaft, Zitronenabrieb, Zucker, geriebenem Ingwer und etwas Chilissalz abschmecken. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und hinzufügen.

Den Spargelsalat abtropfen lassen und auf warmen Tellern verteilen. Die Saiblingsfilets darauf legen, die Sauce außen herum träufeln und servieren.