

| Die Küchenschlacht – Menü am 31. Juli 2017 |
Leibgericht mit Mario Kotaska



Kurt Thomas Stocker

Saure Leber mit Fenchel-Orangen-Gemüse und Kartoffel-Rösti

Zutaten für zwei Personen

Für die Saure Leber: Zwiebel abziehen und fein hacken. Kalbsleber waschen, trocken tupfen und in fingerdicke Stifte schneiden. Öl in einer Bratpfanne erhitzen, Leber darin unter Wenden kräftig anbraten und mit Salz würzen. Fleisch herausnehmen und beiseite stellen. Bratpfanne mit Küchenpapier vom Restöl befreien. Butter in derselben Pfanne schmelzen und Zwiebel darin dünsten. Mit Balsamico und Fond ablöschen und ca. 3 Minuten leicht köcheln lassen. Sauce mit Salz und Pfeffer würzen, Leber wieder zugeben und kurz darin ziehen lassen.

500 g Kalbsleber
 1 weiße Zwiebel
 200 ml Kalbsfond
 100 ml roter Balsamicoessig
 25 g Butter
 Erdnussöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Kartoffel-Rösti: Kartoffeln schälen, grob raspeln. Knoblauch abziehen und fein hacken. Kartoffelraspeln mit Knoblauch, frisch geriebener Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. Die Hälfte der Butter in einer mittelgroßen Bratpfanne leicht erhitzen. Kartoffelmasse darin verteilen und leicht andrücken. Unter Wenden bei mittlerer Hitze goldbraun braten. Restliche Butter nach und nach zugeben.

400 g festkochende Kartoffeln
 2 Knoblauchzehen
 50 g Butter
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Gemüse: Fenchel waschen, halbieren und längs in feine Streifen schneiden. Fenchelgrün zum Garnieren beiseitelegen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und in feine Streifen schneiden. Orange halbieren und den Saft auspressen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und fein hacken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, Fenchel, Zwiebel und Knoblauch darin unter Wenden ca. 7 Minuten glasig dünsten. Mit Orangensaft ablöschen und mit Birnendicksaft, Salz und Pfeffer würzen. Mit Petersilie bestreuen.

2 Fenchelknollen, mit Grün
 1 Orange (Saft)
 1 Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 3 Stiele glatte Petersilie
 Olivenöl, zum Anbraten
 Birnendicksaft, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Petersilie, Rosmarin und Salbei abbrausen, trockenwedeln, Blättchen bzw. Nadeln abzupfen und fein hacken.

½ Bund glatte Petersilie
 3 Zweige Rosmarin
 3 Zweige Salbei

Saure Leber auf Tellern anrichten, mit Petersilie, Rosmarin und Salbei bestreuen, Fenchel-Orangen-Gemüse und Kartoffel-Rösti platzieren, mit Fenchel-Grün garnieren und servieren.



Anke Albert

Shakshuka mit Koriander-Rahm und Feta-Brot

Zutaten für zwei Personen

Für die Shakshuka:

100 g Chorizo-Wurst
 500 g San Marzano Tomaten
 200 g Rispentomaten
 1 rote Paprikaschote
 4 Eier
 2 Knoblauchzehe
 1 weiße Zwiebel
 1 TL Koriander
 1 TL Rosenpaprika
 ¼ TL Chilipulver
 Olivenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 190 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Paprika putzen, halbieren, Kerne und Scheidewände entfernen und in kleine Würfel schneiden. Tomaten waschen und würfeln. Chorizo in dünne Scheiben schneiden und vierteln. 3 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel, Chorizo und Knoblauch darin dünsten und Koriander, Rosenpaprika und Chilipulver drüberstreuen. Paprika zugeben. 3 Minuten köcheln lassen und Rispentomaten hinzugeben. Nach 3 Minuten San Marzano Tomaten hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und weitere 5 Minuten köcheln lassen. 4 Mulden in die Sauce drücken, Eier einzeln aufschlagen und vorsichtig in die Mulden geben. Eier bei mittlerer Hitze im geschlossenen Topf ca. 5 Minuten in der Sauce stocken lassen.

Für das Feta-Brot:

250 g Mehl
 150 g Feta-Käse
 ½ EL Backpulver
 1 Ei
 50 ml Öl
 75 g Joghurt, 3,5 % Fett
 75 g weiche Butter
 ½ TL Meersalz
 Salz, aus der Mühle

Mehl, Butter, Backpulver und Salz in die Küchenmaschine geben und mixen. Feta-Käse zerbröseln und mit Butter in die Mehlmasse geben. Die Teigmasse verkneten bis sie sandartig ist. Ei, Öl und Joghurt mit einer Gabel mischen und hinzufügen. Die Maschine auf mittlerer Stufe ca. 30 Sekunden laufen lassen bis der Teig zusammen kommt. Teig im vorgeheizten Backofen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und zu einem 2 cm dicken Fladenbrot ausrollen und 15-20 Minuten backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.

Für den Koriander-Rahm:

100 g Schmand
 1 Zitrone (Zesten)
 4 Stiele Koriander
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitronenzesten abreißen. Koriander abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Schmand, Zitronenzesten, Koriander fein pürieren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnitur:

100 g schwarze Kalamata Oliven
 (ohne Stein)
 150 g Feta Käse
 5 Stiele Koriander

Koriander abbrausen, trockenwedeln, Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Feta-Käse grob zerbröseln.

Tomaten-Shakshuka auf Tellern anrichten, mit Koriander, Feta und Oliven garnieren, Koriander-Rahm und Feta-Brot dazu geben und servieren.



André Saraboso

Rinderfilet mit karamellisierten Möhren und Kartoffelpüree

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

2 Rinderfiletsteaks à ca. 170 g
 2 Zweige Rosmarin
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ofen auf 175 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, Rosmarin zugeben. Fleisch darin rundherum 3-4 Minuten kräftig anbraten. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, auf den Gitterrost in den Ofen legen und ca. 15 Minuten medium garen.

Für das Püree:

450 g mehlig kochende Kartoffeln
 150 ml Milch
 30 g Butter
 Frische Muskatnuss, zum Reiben

Kartoffeln schälen, waschen und vierteln. Kartoffeln in Salzwasser ca. 15 Minuten weich kochen. Milch und Butter erhitzen. Kartoffeln abgießen. Milch-Butter-Mix zugeben und mit dem Kartoffelstampfer zu Püree stampfen. Püree mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat abschmecken

Für die Möhren:

500 g Fingermöhren, mit Grün
 2 EL flüssigen Honig
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Möhren schälen, dabei ca. 1 cm von dem Grün stehen lassen. Butter in einer Pfanne erhitzen. Möhren zugeben und kurz andünsten. Honig und 2 TL Wasser zugeben und Möhren darin ca. 3 Minuten karamellisieren lassen.

Rinderfilet mit karamellisierten Möhren und Kartoffelpüree auf Tellern anrichten und servieren.



Sabrina Kochta

Seelachsfilet im Filoteig mit Kartoffelwürfeln und Essiggurken-Dip

Zutaten für zwei Personen

Für das Seelachsfilet:

2 Seelachsfilets à 300 g, ohne Haut
 8 Blätter Filoteig od. Yufkateig
 1 Ei
 5 EL Butter
 2 EL Milch
 1 Bund Schnittlauch
 1 Bund Petersilie
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober- Unterhitze vorheizen.

Fisch waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Schnittlauch und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Seelachsfilet in Quadrate schneiden. Filoteig in Rechtecke schneiden und mit Petersilie und Schnittlauch bestreuen. Butter in einem Topf zum Schmelzen bringen und Teig damit bestreichen.

Fisch mittig auf den Teig platzieren und Seelachs mit den Seiten einschlagen. Fischpäckchen auf ein mit Backpapier ausgelegte Backblech legen. Eigelb vom Eiweiß trennen und Eigelb mit Milch in einer kleinen Schüssel verrühren. Fischpäckchen damit einstreichen.

Seelachsfilets für 15-20 Minuten im Ofen goldbraun ausbacken.

Für die Kartoffelwürfel:

3 große festkochende Kartoffeln
 Butter, zum Braten
 Salz, aus der Mühle

Salzwasser zum Kochen bringen. Kartoffeln schälen, würfeln und in das siedende Wasser geben. Kartoffeln Wasser kochen. Kartoffeln nach ca. 8 Minuten abgießen.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Kartoffelwürfel darin goldbraun ausbacken.

Für den Dip:

2 große Essiggurken (Glas)
 ½ grüne Paprika
 60 g Magerquark
 30 g Joghurt, 3,5 % Fett
 1 EL Kräuter-Crème fraîche

Essiggurken abgießen, fein hacken. Paprika vom Kerngehäuse befreien und klein schneiden. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und klein schneiden. Paprika, Mixed Pickels und Schnittlauch mit Joghurt, Quark und der Crème fraîche verrühren. Salzen und Pfeffer.

Für die Garnitur:

1 Zitrone (Abrieb)

Zitronenzesten abreiben.

Die Seelachsfilets im Filoteig mit Kartoffelwürfeln auf Tellern anrichten, Mixed-Pickels -Dip in kleine Schüsseln geben und gemeinsam servieren.



Eike Baumgart

Adana Kebap mit Minzjoghurt, Tomatensalat und Fladenbrot

Zutaten für zwei Personen

Für das Kebap:

400 g Rinderhackfleisch
 400 g Lammhackfleisch
 30 g Rosinen
 1 Ei
 ½ Bund Minze
 ½ Bund Oregano
 1 TL Zimt
 1 TL Kreuzkümmel
 1 TL milde Chiliflocken, getrocknet
 1 TL Koriandersaat
 Olivenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kräuter abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und grob hacken. Hackfleisch, Kräuter mit dem Ei und den Rosinen verkneten. Masse mit den Gewürzen, den Chiliflocken sowie Salz und Pfeffer würzen. Hackfleisch-Masse vierteln, jeweils zu Rollen formen und auf mit Olivenöl eingeeilte Metall- oder Holz-Spieße stecken. Reichlich Olivenöl in einer Grillpfanne erhitzen und die Fleischspieße darin unter Wenden ca. 4 Minuten kräftig anbraten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das Minzjoghurt:

250 g griechischer Joghurt, 10 % Fett
 1 Knoblauchzehe
 1 Zitrone
 ½ Bund Minze
 Salz, aus der Mühle

Knoblauch abziehen, durch eine Presse drücken und mit dem Joghurt vermengen. Minze abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen, fein hacken und unterrühren. Zitrone halbieren, Saft auspressen. Joghurt mit Zitronensaft und Salz abschmecken.

Für den Tomatensalat:

6 Strauchtomaten
 1 kleine rote Zwiebel
 1 Zitrone
 ½ Bund Koriander
 3 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und kleine Würfel schneiden. Tomaten waschen, halbieren, Strunk herausschneiden und Hälften in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Koriander abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und grob hacken. Zitrone halbieren, Saft auspressen. Tomaten, Knoblauch, Koriander mit dem Olivenöl sowie dem Zitronensaft vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Fladenbrot:

1 Ei
 5 EL Joghurt, 3,5 % Fett
 1 EL hellen Sesamsaat
 6 EL Mehl
 ½ TL Backpulver

Mehl, Backpulver, Salz und Pfeffer vermischen. Den Joghurt und das Ei dazu geben und alles gut verrühren, bis ein geschmeidiger Teig entstanden ist. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben und zu einem etwa daumendicken runden Fladen von ca. 20 cm Durchmesser ausstreichen. Den Sesam darauf streuen und im vorgeheizten Backofen ca. 15 Minuten backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.

Adana Kebap mit Minzjoghurt, Tomatensalat und Fladenbrot auf Tellern anrichten und servieren.



Genevieve Soler

Zanderfilet mit Kartoffelkruste und Lauchgemüse

Zutaten für zwei Personen

Für das Zanderfilet:
 2 Zanderfilets à 180 g, ohne Haut
 200 g festkochende Kartoffeln
 1 Ei
 1 Zitrone
 15 g Mehl
 50 g Butterschmalz, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fisch waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wenden. Kartoffeln waschen, schälen und grob raspeln. Kartoffelraspeln gut ausdrücken, Ei unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Kartoffel-Masse gleichmäßig auf den Fischfilets verteilen und leicht andrücken. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Fischfilets darin ca. 10 Minuten braten. Herausnehmen und warm halten. Zitrone halbieren, in Scheiben schneiden und zum Garnieren beiseitelegen.

Für das Lauch-Gemüse:
 1 Stange Lauch
 1 Zwiebel
 200 g Crème Fraîche
 2 EL süßer Senf
 50 g Butter
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle

Lauch gründlich waschen, die äußeren Blätter abziehen, Wurzel entfernen, der Länge nach einschneiden, und in Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel darin glasig dünsten. Lauch zugeben und ca. 10 Minuten unter Wenden anbraten. Crème Fraîche und Senf unterrühren, kurz aufkochen und mit Salz und frisch geriebener Muskatnuss abschmecken. Estragon abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen, grob hacken und, bis auf ein paar Blättchen zum Garnieren, unter das Gemüse rühren.

Zanderfilet mit Kartoffelkruste und Lauch-Gemüse auf Tellern anrichten, mit Zitronenscheiben und Estragon garnieren und servieren.