

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 22. Juni 2021** ▪
Vorspeise mit Alfons Schubbeck



Lena Bastian

Dreierlei von der Zucchini: Gefüllte Zucchiniblüte & Zucchini-Praline & Zucchini-Taler

Zutaten für zwei Personen

- Für die Zucchini-Praline:**
- 200 g Zucchini
 - 1 Zitrone
 - 100 g Schmand
 - 150 ml Sojamilch
 - 90 g Macadamianüsse
 - 120 g Dinkelmehl
 - 2 EL Hefeflocken
 - Muskatnuss, zum Reiben
 - Neutrales Öl, zum Braten
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Zucchini-Pralinen einen Topf mit Wasser aufkochen und reichlich salzen. Zucchini viereckig ausstechen und 4 Minuten in Salzwasser kochen. Danach über einem Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Anschließend mit Küchenpapier trockentupfen.
- Einen 1. tiefen Teller mit 30 g Dinkelmehl füllen. Für den Teig einen 2. Teller mit 90 g Dinkelmehl, Sojamilch, Schmand, Zitronenabrieb, Hefeflocken und Muskatnuss in einer Schüssel verrühren und mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.
- Einen 3. tiefen Teller mit einer Mischung aus gehackten Macadamianüssen und etwas Salz bereitstellen und erstmal nur die Hälfte in den tiefen Teller geben, da während der Panierung die Mischung verklumpen kann. Die Zucchinistücke zuerst im Dinkelmehl wenden, dann in die Teig-Mischung tunken und schließlich gründlich in gehackten Macadamia wenden. Mit der Hand die Panade vorsichtig festdrücken, so dass alle Löcher geschlossen sind.
- Das Öl in einer Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und einen Teller mit 2 Lagen Küchenpapier bereitstellen. Zucchinistücke in das heiße Öl legen und jede Seite ca. 1 Minute goldbraun backen. Die Pfanne etwas anheben, damit die Pralinen rundherum goldbraun werden. Zum Abtropfen auf das Küchenpapier legen.
- Für die gefüllte Zucchiniblüte:**
- 2 Zucchiniblüten
 - 150 g mehligkochende Kartoffeln
 - 1 Knoblauchzehe
 - 2 Eier
 - 100 g Ricotta
 - 1 Bund Basilikum
 - 1 Lorbeerblatt
 - Mehl, nach Bedarf
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Kartoffeln im Salzwasser mit dem Lorbeerblatt ca. 20 min garen, Schale entfernen und ausdampfen lassen.
- Für die Füllung Ricotta auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Eier trennen und Eigelbe auffangen. Basilikum abbrausen und hacken. Knoblauch abziehen und hacken. Die ausgedämpften Kartoffeln mit einer Gabel grob zerdrücken. Mit Ricotta, Eigelbe, Basilikum, Knoblauch, Pfeffer und Salz vermengen. Falls die Masse zu feucht sein sollte, eventuell etwas Mehl einarbeiten. Aus der Kartoffel-Ricotta-Masse 4 ovale Klöße formen und 15 min. kühl stellen. Zum Schluss in die Zucchiniblüte füllen.
- Aus Mehl, 150 ml Wasser und Salz einen cremigen Teig rühren. Die Zucchiniblüten vorsichtig säubern und die Stempel entfernen. Die Blüte grob zerpfücken und die vorher entfernten Blütenstempel in den Teig geben. Die an der Blüte hängende Zucchini klein schneiden und mit dem Teig vermengen. Die Masse zu Taler formen und kühl stellen. Danach in Mehl wenden und in Öl ausbacken.
- Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.
- Für die Zucchini-Taler:**
- 2 Zucchiniblüten
 - 250 g Weizenmehl
 - Salz, aus der Mühle
 - Neutrales Öl, zum Braten



Malte Krückemeier

Ceviche vom Kabeljau mit Süßkartoffel, Mais, Sellerie und Avocadocreme

Zutaten für zwei Personen

Für das Ceviche:

400 g frische Kabeljau Loins ohne Haut
 3 Limetten
 ½ Orange
 2 cm Ingwer
 1 kleine Knoblauchzehe
 1 frische Chili
 10 Blätter Selleriegrün
 Brauner Zucker, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle

Den Kabeljau waschen, trocken tupfen und in kleine mundgerechte Stücke schneiden.

Für die Tigermilch Saft der Limette und Orange auspressen. Knoblauch schälen, 2 Scheiben Ingwer und nach Bedarf Chili schneiden. Alles zusammen mit einigen Blättern vom Sellerie in einen Blender geben und mixen. 1 EL von dem geschnittenen Kabeljau dazugeben und weitermixen. Mit Salz und braunem Zucker abschmecken. Zur Seite stellen.

5 Minuten vor dem Anrichten den übrigen Kabeljau mit der Tigermilch übergießen und darin garen lassen.

Für das Gemüse:

½ Süßkartoffel
 1 vorgekochter Maiskolben
 1 Stange Staudensellerie
 Salz, aus der Mühle

Maiskolben 5 Minuten in warmem Wasser erwärmen. Süßkartoffel schälen und in kleine Würfel schneiden. 10-15 Minuten in Salzwasser kochen.

Die Körner vom Maiskolben herunter schneiden und mit dem Bunsenbrenner vorsichtig abflämmen.

Sellerie in feine Scheiben schneiden, kräftig salzen und zur Seite stellen. Kurz vor dem Servieren einmal abwaschen.

Für die Avocadocreme:

1 Avocado
 2 TL Frischkäse
 ½ Limette
 Zucker, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fruchtfleisch aus der Avocado lösen. Zusammen mit dem Frischkäse in einen Mixbecher geben. 1 Spritzer Limette dazugeben. Mit einem Pürierstab zu einer Creme verarbeiten. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. In einen Einwegspritzebeutel abfüllen

Für das Topping:

1 Passionsfrucht
 1 kleine rote Zwiebel
 1 kleine milde Chili
 Korianderblätter, zum Garnieren

Passionsfrucht öffnen, durch ein Sieb streichen und den Saft auffangen.

Rote Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden. So lange wie möglich in Wasser einweichen. Chili entkernen und in feine Scheiben schneiden.

Zum Anrichten das Ceviche in einen Servierring geben und mit Passionsfruchtsaft beträufeln. Süßkartoffel, Mais, Selleriescheiben und Avocadocreme auf das Ceviche geben. Mit Zwiebel, Chili und Korianderblättern garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Anika Klicker

Thai-Beef-Salat mit Erdnussschaum

Zutaten für zwei Personen

Für das Rindfleisch:

300 g Rinderfilet
5 EL Sojasauce
1 TL dunkles Sesamöl
2 TL Speisestärke
2 EL Olivenöl

Die Sojasauce mit Speisestärke und Sesamöl verrühren. Das Filet in 1-2 cm dicke Stücke schneiden und in der Soja-Marinade einlegen.

Nach 20 Minuten das Fleisch in Olivenöl scharf anbraten bis es dunkelbraun ist, anschließend aufschneiden.

Für den Thai-Salat:

½ Salatgurke
½ Papaya
½ Mango
1 Bund Koriander
1 Bund Minze
2 EL geröstete Erdnusskerne
2 EL Sushi-Essig
2 EL Olivenöl
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gurke, Papaya und Mango in feine Streifen schneiden. Minze und Koriander abrausen und die Blätter abzupfen. Alles in einer Schüssel miteinander vermischen.

Für das Dressing Sushi-Essig und Olivenöl verrühren und mit dem Salat mischen. Alles mit Pfeffer abschmecken und die Erdnüsse zum Garnieren verwenden.

Für den Erdnussschaum:

100 g Erdnussbutter
2 cm Ingwer
180 ml Gemüsefond
100 ml Sushi-Essig
2 EL Sojasauce
2 TL dunkles Sesamöl
1 Msp. Zimt
1 Msp. Chilipulver

Gemüsefond mit Erdnussbutter, Sojasauce, Zimt und Chilipulver erhitzen und danach leicht abkühlen lassen. Mit dem Sushi-Essig, Sesamöl und geriebenem Ingwer abschmecken. Alles wieder leicht erwärmen und mit dem Stabmixer aufschäumen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Simon Schönauer

Tatar-Duett von Rind und Avocado mit Birnen-Chutney und geröstetem Schwarzbrot

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinder-Tatar:

200 g Rinderfilet
1 EL scharfer Dijon Senf
1 TL Kapern
1 Essiggurke
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Rinderfilet in sehr feine Würfel schneiden. Kapern und Essiggurke fein hacken. Rindfleisch mit Kapern, Essiggurke und Senf vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Avocado-Tatar:

1 Avocado
1 Zitrone
½ Bund Schnittlauch
1 EL Pinienkerne
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Pinienkerne ohne Fett kurz in einer Pfanne rösten. Avocado entkernen und das Fleisch einer halben Avocado in kleine Würfel schneiden. Schnittlauch abrausen und klein schneiden. Mit Avocado und Pinienkernen vermengen und mit ausgepresstem Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Birnen-Chutney

1 Birne
1 Schalotte
1 EL Honig
2 EL Balsamicoessig
Neutrales Öl, zum Anbraten

Birne und Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. In wenig Öl kurz dünsten und den Honig dazugeben. Kurz aufkochen und mit Essig ablöschen, danach kaltstellen.

Für das Schwarzbrot:

2 Scheiben Schwarzbrot
Butter, zum Anbraten

Zwei Scheiben Schwarzbrot in einer Pfanne in Butter rösten.

Für die Garnitur:

2 Eier
Kapernäpfel, zum Garnieren
Rote Kresse, zum Garnieren

Zwei Servierringe auf einen Teller legen und jeweils mit Avocado-Tatar und Rinder-Tatar befüllen und andrücken. Das Birnenchutney dazwischen anrichten und ein rohes Eigelb auf das Rinder-Tatar setzen. Mit Kapernäpfel und rote Kresse garnieren.

Tatar-Duett und Birnen-Chutney mit geröstetem Schwarzbrot zusammen anrichten und servieren.



Gabriela Baumann

Eigelb-Raviolo auf Babyspinat mit sautierten Pilzen und Rahmsauce

Zutaten für zwei Personen

Für den Eigelb-Raviolo:

125 g Mehl
25 g Dunstmehl
¼ TL Salz
1 EL Olivenöl
2 Eier

Das Mehl mit Dunstmehl, Salz und Olivenöl verrühren und kneten bis die Masse geschmeidig ist (bei Bedarf etwas Wasser zugeben). Nudelteig sehr dünn ausrollen. Eier trennen, Eigelb auf den Teig legen und mit übrigem Teig bedecken, ohne das Eigelb zu beschädigen. Die Ränder andrücken und die Ravioli mit etwa sechs Zentimeter Durchmesser ausstechen. In siedendem Salzwasser etwa eine Minute pochieren.

Für den Spinat:

150 g Babyspinat
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
50 g Butter

Butter in einer Pfanne zu Nussbutter werden lassen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Spinat waschen, gut abtropfen lassen und mit Zwiebeln, Knoblauch und einem Esslöffel Nussbutter in eine Pfanne geben und schwenken. Mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Muskatnuss, zum Reiben

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Pilze:

100 g Kräuterseitlinge
1 EL Butterschmalz

Pilze säubern und in nicht zu dünne Scheiben schneiden. In Butterschmalz bei hoher Temperatur in einer Pfanne anbraten.

Für die Sauce:

100 ml Kalbsfond
100 ml Rinderfond
50 ml Sahne
½ Bund Schnittlauch
2 Zweige Petersilie
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
50 g kalte Butter
Salz, aus der Mühle

Schnittlauch, Petersilie, Thymian und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Schnittlauch und Petersilie klein schneiden. Kalbsfond und Rinderfond in einem Topf auf 1/3 reduzieren lassen, Thymian und Rosmarin für den Geschmack für einige Minuten mit reingeben und danach herausnehmen. Die Sauce mit Butter und Sahne aufmontieren und aufschäumen lassen. Mit Salz abschmecken. Mit Petersilie und Schnittlauch garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.