

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 29. Januar 2019** ▪
Vorspeise mit Nelson Müller



Michelle Ghofrani

Mit Kräuter-Ricotta und flüssigem Eigelb gefüllter Raviolo in Salbei-Buttersauce

Zutaten für zwei Personen

Für die Ravioli:

200 g Typ „00“ Mehl
 4 Eier
 50 g Parmesan

Das Mehl in eine Schüssel geben und mit einem Löffel eine kleine Mulde formen. Eier trennen, Eigelb auffangen und in die Mulde geben und mit einem Messer langsam unter das Mehl mischen. Teig auf eine Arbeitsfläche geben und mit den Händen für ca. 5 Minuten einen geschmeidigen Teig kneten. Teig zu einer Kugel formen, in Folie wickeln und ca. 10 Minuten ruhen lassen. Parmesan reiben und zur Seite legen.

Für die Füllung:

125 g Ricotta
 50 g Parmesan
 50 g gemischte frische Kräuter (Basilikum, Schnittlauch, Rucola)
 1 Prise Muskatnuss
 ½ Zitrone (Abrieb)
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ricotta mit Hilfe von Küchentüchern von einem Teil seiner Flüssigkeit befreien.

Kräuter abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Zitrone waschen und trockentupfen. Parmesan reiben. Parmesan, Zitronenabrieb und Muskat unter den Ricotta mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Masse in einen Spritzbeutel füllen.

Für die Ravioli:

2 Eier (M)
 Mehl, zum Bestäuben
 2 Zweige glatte Petersilie
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Eier trennen. Teig aus der Folie nehmen und flach drücken. Mit etwas Mehl bestäuben und durch die Pasta-Maschine rollen. Teig einmal falten und nochmals durch die Maschine ziehen. Eine Hälfte vom Teig mit Petersilienblättchen belegen und einen Abstand von ca. 5 cm zum nächsten Blatt freihalten. Die freie Hälfte vom Teig über die Petersilienhälfte legen und leicht andrücken. Teig nochmal durch die Maschine ziehen. Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben und den Teig darauf ausbreiten. Mit einer 10 cm großen Ausstechform Kreise ausstechen. Füllung auf die Scheiben spritzen. Jeweils in die Lücken das Eigelb geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Rand der Teig-Scheibe mit Wasser befeuchten, und mit der unbemehlten Seite der freien Teig-Scheibe nach unten gerichtet, einen Raviolo formen. Ravioli in sprudelndem und gesalzenem Wasser 2 Minuten kochen.

Für die Salbeibutter:

100 g Butter
 10 Salbeiblätter
 Maldon-Salzflocken
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einer tiefen Pfanne schmelzen. Salbeiblätter fein hacken und dazugeben. Butter bei schwacher Hitze leicht bräunen. 3 EL Pastawasser dazugeben und mit wenig Salz und Pfeffer würzen. Ravioli in Salbeibutter schwenken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Michael Franzke

Beef tartare mit pochiertem Wachtelei und Specksplittern

Zutaten für zwei Personen

Für das Tatar:

1 Rinderfilet à 200 g
 2 Essiggurken
 10 Kapern
 4 Kapernäpfel
 1 Schalotte
 2 Eier
 1 EL Worcestersauce
 1 TL Dijon Senf
 1 EL Ketchup
 2 cl Cognac
 ½ Bund glatte Petersilie
 2 TL edelsüßes Paprikapulver
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Filet abspülen, trockentupfen, von Sehnen und restlichem Fett befreien und in feine Würfel schneiden.

Schalotte abziehen, Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Schalotte, Petersilie, Essiggurke Kapernäpfel und Kapern fein hacken.

Eier trennen und Eigelbe auffangen. Fleisch mit Eigelb, Paprikapulver, Ketchup, Worcestersauce, Dijon Senf, Kapern, Kapernäpfeln, Cognac, Schalotte und Petersilie in einer Schüssel vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Beef Tartar mit einem Vorspeisenring auf einem Teller platzieren.

Für die Specksplitter:

150 g Scheiben Bacon

Baconscheiben in dünne, längliche Streifen schneiden und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech kross backen.

Für die pochierten Eier:

4 Wachteleier
 100 ml Essig
 Salz, aus der Mühle

Einen Topf mit Wasser zum Sieden bringen. Wachteleier vorsichtig öffnen und in eine Schale geben. Salz und Essig in das Wasser geben und mit Hilfe eines Löffels einen Strudel erzeugen. Eier vorsichtig in den Strudel hineingeben. Nach etwa 50 Sekunden herausnehmen und auf das Specknest geben. Etwas salzen.

Für die Garnitur:

4 Scheiben Baguette
 1 Knoblauchzehe
 50 g Parmesan
 ½ Zitrone
 10 ml Essig
 50 ml Olivenöl
 Salz, aus der Mühle

Baguettescheiben in einer Pfanne anrösten. Knoblauch abziehen und halbieren. Baguette mit Knoblauch und etwas Olivenöl einreiben.

Parmesan über das tartare reiben. Zitronensaft auspressen und aus dem Saft mit Olivenöl, Essig und Salz eine Marinade vermengen und über dem Gericht verteilen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Veronika Hülsmann

Gebackene Auberginenscheiben mit libanesischem Couscous und Harissa-Dip

Zutaten für zwei Personen

Für den Couscous:

100 g Moghrabieh-Couscous
1 Lorbeerblatt
100 ml Gemüsefond
½ Zitrone (2 EL Saft)
2 Zweige Dill
2 Zweige Koriander
3 EL Rapsöl
1 Prise Zucker
Mildes Chilipulver
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Couscous in Salzwasser mit einem Lorbeerblatt weichgaren. Couscous in ein Sieb abgießen, mit kaltem Wasser abbrausen und abtropfen lassen. Zitrone auspressen und den Saft mit Fond verrühren. Das Öl mit dem Stabmixer untermixen. Dill und Koriander abbrausen, trockenwedeln, kleinhacken und unterrühren. Dressing mit Salz und Pfeffer, Zucker und Chilipulver würzen. Mit dem Couscous mischen.

Für die Auberginen:

1 große Aubergine
½ TL getrocknetes Bohnenkraut
80 g Mehl
2 EL Rapsöl
1 TL Harissapaste
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Aubergine putzen und waschen und der Länge nach in ½ bis 1 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Bohnenkraut würzen. Zuerst in Mehl wenden, mit kaltem Wasser besprenkeln und leicht verreiben, sodass das Mehl ein wenig verkleistert. Öl in der Pfanne erhitzen und Auberginen von beiden Seiten darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Harissa-Dip:

200 g griechischer Joghurt
2 TL Harissapulver
2 EL Gemüsefond
1 EL Rapsöl
1 TL Zucker
Salz, aus der Mühle

Harissa mit Fond verrühren, mit Öl und Joghurt mixen und mit Salz und einer Prise Zucker abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Diana Bernt

Lauwarmer Zitronenlachs mit Zucchini-Nudeln und Basilikumpesto

Zutaten für zwei Personen

Für den Zitronenlachs:

Wildlachsfilet à 250 g (ohne Haut)
 1 Knoblauchzehe
 3 Zitronen
 3 EL Olivenöl
 3 EL Butter
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Lachsfilet abspülen, trockentupfen und in dünne Scheiben schneiden. Zitronen halbieren und auspressen. Knoblauch abziehen und kleinschneiden. Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer in einer flachen Schale vermischen und die Lachsscheiben von beiden Seiten ca. 15 Minuten darin marinieren. Anschließend in warmer Butter mit Knoblauch erwärmen.

Für das Basilikumpesto:

3 Bund Basilikum
 2 Knoblauchzehen
 40 g Pinienkerne
 50 g Parmesan
 250 ml Olivenöl
 1 TL grobes Salz

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze goldbraun rösten, auf einen Teller geben und abkühlen lassen. Knoblauch abziehen und grob hacken. Basilikum abspülen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Basilikumblätter, Salz und Knoblauch in einen Blitzhacker fein zerkleinern. 150 ml Olivenöl nach und nach zugießen und untermischen. Pinienkerne zugeben und fein zerkleinern. Parmesan fein reiben und unterrühren.

Für die Zucchini-Nudeln:

1 Zucchini
 Salz, aus der Mühle

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Zucchini waschen, trockentupfen und mit einem Spiralschneider zu feinen "Spaghetti" schneiden. Die Zucchini spaghetti kurz blanchieren. Zucchini nudeln mit dem Basilikumpesto vermischen.

Für die Garnitur:

2 Zweige Dill

Dill abrausen, trockenwedeln und feinhacken. Über dem Fisch verteilen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Mike Weber

Saiblingsfilet mit Walnusscreme, Birnen-Chutney und Wildkräutersalat mit Walnussdressing

Zutaten für zwei Personen

Für das Saiblingsfilet mit Walnusscreme:

2 Saiblingsfilets à ca. 200 g (mit Haut)
 1 Karotte
 250 g Walnüsse
 100 ml Crème fraîche
 1 Zitrone
 100 ml Walnussöl
 Rapsöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Filets auf niedriger Temperatur langsam auf der Hautseite in der Pfanne mit etwas Rapsöl anbraten. Leicht salzen und pfeffern.

In einer kleinen Pfanne die Walnusskerne rösten. In der Moulinette Walnusskerne mit etwas Walnussöl zu einem Brei mixen. Karotte schälen und kleinraspeln. In der Walnusspfanne mit etwas Walnussöl leicht anbraten. Zu dem Walnussmix geben und mit Crème fraîche abschmecken. Zitrone waschen, trocken tupfen und Abrieb zur Creme geben.

Für den Wildkräutersalat in Walnussdressing:

1 Wildkräutermix
 50 g frische Kresse
 100 ml Walnussöl
 20 ml mildes Rotweinessig
 1 EL Akaziensirup
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Wildkräuter und Kresse waschen und sanft trocknen. Aus dem Walnussöl, Rotweinessig, Akaziensirup, Salz und Pfeffer eine leichte Vinaigrette anrühren. Kräuter in einer Schüssel mit dem Dressing beträufeln und sanft durchmischen.

Für das Birnen-Chutney:

1 große feste Birne
 2 rote Thaichilischoten
 1 EL Akaziensirup
 1 EL weißer Balsamico
 1 Kst. Kresse

Birne waschen, trockentupfen und grob reiben. Chilischoten in kleine Ringe schneiden. Mit etwas Wasser, dem Sirup und dem Essig aufkochen und stehen lassen. Vor dem Anrichten mit etwas Kresse verfeinern.

Für die Garnitur:

50 g Walnusskerne
 1 Bund wilder Schnittlauch

Walnusskerne kleinhacken und in einer Pfanne rösten. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und in ca. 2cm lange Stücke schneiden. Walnusscreme mit einem Esslöffel auf den Tellerboden streichen. Saiblingsfilet darauf legen und die Walnusskerne darüber streuen. In einer kleinen Schale das Birnen-Chutney dazustellen. Daneben die marinierten Wildkräuter geben und mit dem Schnittlauch garnieren. Bei Bedarf etwas Walnussöl drüber träufeln.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.