

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 31. Januar 2019** ▪
Hauptgang & Dessert mit Nelson Müller



Michelle Ghofrani

Grünes Thai-Curry mit Huhn und Garnelen

Zutaten für zwei Personen

Für die Paste:

- 3 Schalotten
- 4 Knoblauchzehen
- 3-10 grüne Thai-Chilis
- 50 g Thai-Ingwer
- 2 Zitronengras-Stangen (den holzigen Anteil entfernen)
- 1 Kaffirlimette (Abrieb)
- 4 Korianderwurzeln
- ½ Bund Koriander
- 1 TL Garnelenpaste
- 4 TL Gewürzmischung (bestehend aus 8 weißen gemahlene Pfefferkörnern, 1 Muskatblüte, 2 TL geröstet und gemahlene Koriandersamen, 1 TL geröstet und gemahlene Kreuzkümmelsamen, und ½ TL gemahlene Kurkuma)

Die Schalotten und den Knoblauch abziehen und grob zerhacken. Koriander abbrausen und trockenwedeln. Thai-Chilis, Thai-Ingwer, Zitronengras, Korianderwurzel und Koriander kleinschneiden. Mit der Gewürzmischung und der Garnelenpaste vermengen und mit dem Pürierstab zerkleinern. Kaffirlimette waschen, trockentupfen und Abrieb dazugeben. Einen Schuss Wasser dazugeben und zu einer feinen Paste pürieren.

Für das Curry:

- 4 entbeinte & enthäutete Hähnchenschenkel
- 6 Riesengarnelen (küchenfertig)
- 150 g Zuckerschoten
- 150 g braune Champignons
- 1 EL Hühnerfond
- 6 EL Fischsauce
- 1 Dose cremige Kokosnussmilch
- 5 Kaffirlimettenblätter
- 1 Stange Zitronengras
- 2 milde rote Chili
- 1 Limette (Saft & Abrieb)
- 1 Bund Thai-Basilikum
- 3 EL Kokosnussfett
- Neutrales Öl, zum Braten
- 40 g Palmzucker
- 1 TL Meersalzflocken

Kokosnussfett in einem Gusseisen-Topf erhitzen. Paste dazugeben und unter Rühren für ca. 5 Minuten braten.

Zitronengras zerstoßen. Chilis der Länge nach spalten. Thai-Basilikum abbrausen, trockenwedeln und in feine Streifen schneiden. Hühnerschenkel halbieren und in die Pfanne geben. Einige Minuten mit der Paste braten, dann die Kokosmilch zusammen mit dem Fond, Kaffirlimettenblättern, roten Chilis, Zitronengrass-Stange und Palmzucker dazugeben. Alles einmal aufkochen lassen und mit Fischsauce abschmecken. Solange köcheln lassen, bis das Hähnchen gar ist. Dann die Garnelen zur Pfanne geben und gar kochen. Zum Schluss den Thai-Basilikum unterrühren.

Champignons und Zuckerschoten putzen. Gemüse kurz in einer Pfanne mit Öl scharf anbraten. Limette waschen, trockentupfen und den Abrieb dazugeben. Halbieren, Saft auspressen und auch dazugeben. Zum Schluss das Gemüse unter das Curry geben und mit Salzflocken bestreuen.

Für den Reis: Reis waschen und zusammen mit dem Pandanusblatt, Kokosfett, Salz und Wasser in einem Topf zum köcheln bringen. Etwa 10 Minuten köcheln lassen und dann das Wasser abgießen. Reis einige Minuten abdampfen lassen und mit einer Gabel auflockern.

150 g Jasmin Reis
½ EL Kokosfett
1 Pandanusblatt
Salz, aus der Mühle

Für die Garnitur: Ei für 6 Minuten kochen. Pellen und halbieren. Öl in eine Pfanne geben und Cashewnuss-Kerne gold-braun braten. Chilis in feine Ringe schneiden.

2 Eier (M)
2 milde rote Chilischoten
100 g Cashewkerne
Neutrales Öl, zum Braten

Curry in einer kleinen Schale anrichten, mit Thai-Basilikum, Chilis und Cashewnuss-Kernen garnieren und das Ei dazugeben.

Die Schale auf den Servierteller mit dem Reis anrichten.



Michelle Ghofrani

Safranjoghurt mit Kardamom und gerösteten Nüssen

Zutaten für zwei Personen

Für den Joghurt:

250 g Griechischen Joghurt
2 EL Puderzucker
2 EL Sahne
½ TL gemahlene Safran
¼ TL gemahlene Kardamom
1 kleine Prise Salz

Den Joghurt zwischen mehreren Lagen an Küchentüchern ausstreichen. Mit einem Topf beschweren und ca. 20 Minuten warten bis der Großteil der Flüssigkeit von den Tüchern aufgesogen wurde.

Sahne in einem kleinen Topf erwärmen. Safran in die warme Sahne geben und einige Minuten ziehen lassen.

Joghurt in eine Schale geben, etwas Salz dazu geben und mit einem Handrührgerät kräftig aufschlagen.

Safran-Sahne, Puderzucker, Kardamom und Sahne zum Joghurt geben und durchmischen. Nochmals mit Kardamom und Zucker abschmecken und in ein Glas füllen.

Für die Nüsse:

20 g Mandelblättchen
20 g Pistazienkerne
2 EL Honig

Mandeln und Pistazien in einer Pfanne rösten. Joghurt damit bestreuen und etwas Honig darüber geben.

Für die Garnitur:

Essbare Blüten
Orangenzesten in Zucker

Blüten und Orangenzesten als Garnitur auf das Dessert geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Veronika Hülsmann

Puten-Involtini mit Risotto alla milanese und Caprese

Zutaten für zwei Personen

Für das Risotto:

400 g Risotto-Reis
 1 Schalotte
 1 Knoblauchzehe
 100 g Parmesan, zum Reiben
 3 EL Butter
 1,5 Liter Geflügelfond
 50 ml Weißwein
 5 g Safranfäden
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Schalotten und Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden.

1 EL Butter in einem Topf erhitzen, Schalotte und Knoblauch glasig anschwitzen.

Den Reis und den Safran dazugeben, unter Rühren kurz anschwitzen und mit Weißwein ablöschen.

Den Geflügelfond in einem separaten Topf aufkochen und mit einer Kelle so viel Fond auf den Reis schöpfen, dass er bedeckt ist, unter ständigem Rühren köcheln lassen.

Immer wieder Fond nachgießen bis er bissfest gegart ist. Parmesan reiben und mit 2 EL Butter unter das Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Puten-Involtini:

2 Putenschnitzel à 180 g geschnitten
 2 dünne Scheiben Parmaschinken
 4 getrocknete Tomaten
 1 EL Senf
 2 EL Rapsöl
 1 Zweig Rosmarin
 1 Zweig Thymian
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Putenschnitzel unter einer Folie flach klopfen. Getrocknete Tomaten kurz in heißem Wasser einweichen. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, mit Senf bestreichen. Mit Parmaschinken belegen, Tomaten fein hacken und auf dem Parmaschinken verteilen. Die Involtini zu kleinen Roularden wickeln und mit Zahnstochern feststecken.

Öl in einer Pfanne heiß werden lassen und die Involtini ca. 5 min. anbraten. Rosmarin und Thymian abrausen, trocken wedeln und mit in die Pfanne geben. Pfanne für ca. 15 Minuten in den Ofen geben und Involtini schmoren lassen.

Für das Caprese:

5 Strauchtomaten
 150 g kleine Mozzarella-Kugeln
 1 Knoblauchzehe
 ½ Bund Basilikum
 2 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Tomaten waschen, den grünen Strunk entfernen und in Würfel schneiden. Den Mozzarella und Tomaten vermengen, die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Mit dem Olivenöl vermischen und über Tomaten und Mozzarella geben. Basilikum abrause, trocken wedeln und Blätter abzupfen, hacken und ebenfalls untermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Veronika Hülsmann

Käse-Sahne-Törtchen mit Heidelbeeren

Zutaten für zwei Personen

Für das Dessert:
50 g Butterkekse
200 g Frischkäse
200 g Sahne
50 g Naturjoghurt (3,5%)
40 g Zucker
½ Päckchen Vanillezucker

Den Frischkäse mit 150 g Sahne und Joghurt vermengen und glatt rühren. Zucker und Vanillezucker unterrühren.

Die restliche Sahne schlagen und vorsichtig unterheben. Butterkekse zerbröseln.

Brösel als Boden in ein Glas geben und die Masse darauf verteilen

Für die Garnitur:
100 g Heidelbeeren
1 Zitrone (Abrieb)
1 Zweig Minze
1 EL Puderzucker

Heidelbeeren waschen und trockentupfen. Dessert mit Heidelbeeren dekorieren. Zitrone abbrausen, trockentupfen und abreiben. Minze abbrausen, trockenwedeln und dazulegen. Puderzucker mit Hilfe eines Siebs über dem Gericht verteilen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Mike Weber

Kalbstafelspitz mit Meerrettich-Wurzelgemüse und Rösti

Zutaten für zwei Personen

Für den Kalbstafelspitz: Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Kalbstafelspitz säubern und mit Salz und Pfeffer einreiben. In einer Pfanne Pflanzenöl erhitzen und Tafelspitz rundherum scharf anbraten. Zwiebel abziehen, vierteln und zum Fleisch geben. Thymianzweige abrausen, trockenwedeln und kurz mitbraten. Im Bräter die Alufolie auslegen, Knoblauch abziehen, zerdrücken und draufgeben. Frische und gebratene Thymianzweige dazu betten und das Fleisch drauflegen und einwickeln. Im Ofen für ca. 20 Minuten ziehen lassen.

Für das Meerrettich-Wurzelgemüse: Sellerie, Karotten, Kohlrabi und Petersilienwurzeln schälen und in kleine Stücke schneiden. Einen Topf mit Wasser aufsetzen und mit Lorbeer, Wacholder, Piment und Salz würzen. Gemüse darin gar kochen. Das Wasser aufbehalten. Schalotten abziehen, kleinhacken und in Butter glasig schwitzen und mit dem Mehl stauben. Mit dem Gemüsewasser angießen und den Sauerrahm dazugeben. Jeweils zwei Zweige Petersilie und Schnittlauch für die Garnitur aufbewahren. Schnittlauch und Petersilie abrausen, trockenwedeln, kleinhacken und ebenfalls hinzufügen. Nun auch das Gemüse in den Topf geben und kurz aufkochen lassen. Meerrettich reiben, hinzugeben und ziehen lassen.

Für die krossen Rösti: Kartoffeln schälen und mit der Küchenreibe grobreiben. In einer Pfanne das Pflanzenöl erhitzen. Kleine Laibchen formen und mit der Küchenspachtel in die Pfanne legen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Auf beiden Seiten scharf anbraten und bis zum Servieren in der Pfanne behalten.

Für die Garnitur: Thymianzweig zum Fleisch geben. Petersilie und Schnittlauch über das Gemüse streuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Mike Weber

Topfnockerl in Butterbrösel mit Zwetschgenröster

Zutaten für zwei Personen

Für die Topfnockerl: Die weiche Butter mit dem Zucker schaumig rühren. Ein Ei trennen und das Eigelb und ein ganzes Ei dazugeben und weiter schaumig rühren. Vanilleschote aufschneiden, Mark auskratzen und dazugeben. Quark darunterheben. Mit dem Mehl und einer Prise Salz den Nockerlteig rühren. Mit zwei Esslöffeln Nockerl ausstechen und in leicht gesalzenem Wasser für ca. 10 Minuten ziehen lassen.

- 30 g Butter
- 30 g Puderzucker
- 1 Vanilleschote
- 500 g Quark
- 120 g Mehl
- 2 Eier
- 1 Prise Salz

Für die Butterbrösel: Butter vorsichtig in einer Pfanne zergehen lassen und die Brösel dazugeben. Durchrösten und nach und nach den Zucker daruntermischen.

- 250 g Butter
- 500 g Semmelbrösel
- 150 g Kristallzucker

Für den Zwetschgenröster: Zwetschgen waschen, trockentupfen, halbieren und entsteinen. Mit dem Zucker, der Muskatblüte und der Zimtstange und etwas Wasser köcheln lassen. Zitrone und Orange waschen und trockentupfen. Schale der Zitrone und Orange abreiben. Nach ca. 20 Minuten die abgeriebenen Schalen dazugeben und weiter köcheln lassen.

- 1 kg Zwetschgen
- 250 g Puderzucker
- 1 Zimtstange
- 1 Msp. gemahlene Muskatblüte
- ½ Zitrone (Schale)
- ½ Orange (Schale)

Für die Garnitur: Nockerl mit Puderzucker bestreuen und die Minzblätter entsprechend drapieren. Nockerl in den Butterbrösel wälzen. Brösel auf den Teller geben und die Nockerl daraufsetzen. Den Zwetschgenröster entsprechend entlang der Nockerl dazugeben. Puderzucker drüber streuen und mit Minzblättern garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.