

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 25. Oktober 2018** ▪
Hauptgang & Dessert mit Mario Kotaska



Maria Spallek

Forelle mit Dattelfüllung und Gewürz-Reis

Zutaten für zwei Personen

Für die Forelle: Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

<p>2 mittelgroße küchenfertige Forellen 70 g entsteinte getrocknete Datteln ½ Bund Koriander 1 Prise gemahlener Ingwer 1 Prise gemahlener Zimt 50 g gehackte blanchierte Mandeln ½ weiße Zwiebel 40g weiche Butter Salz, aus der Mühle Pfeffer, aus der Mühle</p>	<p>Forelle unter fließendem kaltem Wasser abspülen und mit Küchenkrepp trocken tupfen. Am Bauch eine Tasche einschneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen.</p> <p>Datteln in der Moulinette klein hacken. Koriander abbrausen, trocken wedeln und ebenfalls klein hacken. Zwiebel abziehen und klein schneiden. Für die Füllung Datteln, Koriander, Ingwer, Zimt, Mandeln, die Hälfte der Zwiebel und die Hälfte der Butter in einer Schüssel vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.</p> <p>Die Füllung in die Bauchhöhle der Forelle löffeln und auf ein gefettetes, doppelt gefaltetes Folienstück setzen. Fisch mit der restlichen Butter bepinseln, mit Salz und Pfeffer würzen und die restliche Zwiebel auf der Forelle verteilen. Folie einschlagen und Ränder fest verschließen. Päckchen auf ein Backblech setzen und 15-20 Minuten im Ofen fertig garen.</p>
--	---

Für den Reis: Reis in einem Sieb kalt abbrausen und abtropfen lassen.

<p>150 g Basmatreis 6 EL Ghee ½ Zimtstange 2 getrocknete Nelken 3 grüne Kardamomkapseln 1 Lorbeerblatt 2 EL Rosinen 1 weiße Zwiebel 1 EL Mandelstifte 2 EL getrockneter Mohn Salz, aus der Mühle</p>	<p>1 EL Ghee in einem Topf erhitzen. Zimt, Nelken, Kardamom und Lorbeerblatt darin bei mittlerer Hitze 3 Minuten rösten, bis es knistert. Rosinen hinzugeben und kurz mit rösten. 300 ml Wasser und zwei Esslöffel Salz dazugeben. Einmal aufkochen lassen und dann bei geschlossenem Deckel auf kleinster Hitze 20 Minuten garen. Bei ausgeschalteter Platte noch 5 Minuten ziehen lassen. Gewürze soweit möglich vor dem Servieren entfernen.</p> <p>Während der Reis kocht, Zwiebel abziehen und in Streifen schneiden. Das restliche Ghee in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin bei mittlerer Hitze goldbraun braten. Mandeln und Mohn dazugeben und rösten. Anschließend unter den fertigen Reis heben.</p>
--	---

Den Fisch auf einem länglichen Teller in der halb geöffneten Folie anrichten. Vor dem Servieren mit frisch gehacktem Koriander betreuen. Den Reis daneben anrichten.



Maria Spallek

Tropischer Fruchtsalat mit Kokos-Mascarponecreme

Zutaten für zwei Personen

Für den Fruchtsalat: Drachenfrucht schälen und Fruchtfleisch in etwa 1 cm große Stücke schneiden. Maracuja halbieren und das Fruchtfleisch entnehmen. Kiwi schälen und in etwa 2 cm große Stücke schneiden. Physalis aus der Hülle pellen und halbieren. Früchte und Fruchtfleisch anschließend miteinander vermengen. Himbeeren unterheben.

- ½ Drachenfrucht
- 2 reife Maracuja
- 1 Kiwi
- 6 Physalis
- 6 Himbeeren

Für das Dressing: Zitronengras fein hacken. Ingwer schälen und fein reiben. Zitronenschale abreiben und anschließend Zitrone halbieren und auspressen.

- 1 unbehandelte Zitrone
- ½ Stängel Zitronengras
- 1 cm Ingwerknolle
- 1 EL Agavensirup

Zitronengras, 1 Messerspitze Ingwer, Zitronensaft- und Schale mit dem Sirup vermengen. Das Dressing unter den Fruchtsalat heben.

Für das Topping: Kokosraspeln in einer beschichteten Pfanne ohne Fett ganz leicht anrösten. Mascarpone mit Kokossirup vermengen und in einem kleinen Schälchen anrichten. Limettenschale abreiben und anschließend Limette halbieren und auspressen. Creme mit Limettenabrieb und Saft und Puderzucker abschmecken. Kokosraspel über die Creme streuen.

- 2 EL Kokossirup
- 50 g Kokosraspeln
- 50 g Mascarpone
- 2 EL Puderzucker
- 1 unbehandelte Limette

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Susanne Rau

Schweinefilet mit Pfefferrahmsauce, Kartoffelpüree und grünen Bohnen

Zutaten für zwei Personen

Für das Schweinefilet:

800 g Schweinefilet am Stück
3 Zweige Thymian
3 Zweige Salbei
3 Zweige Rosmarin
3 EL Butterschmalz
Salz, aus der Mühle
Pfeffer, aus der Mühle

Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Filet waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Thymian, Salbei und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Fleisch mit den Kräuterzweigen belegen und mit Küchengarn umwickeln. Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen und das Fleisch darin rundum anbraten. Anschließend auf ein Stück Alufolie legen, Seiten der Folie zu einem kleinen Rand hochschlagen, so dass der Fleischsaft aufgefangen wird und im Ofen 15-20 Minuten garen.

Für die Pfefferrahmsauce:

1 Schalotte
3 EL eingelegter, grüner Pfeffer
3 EL Cognac
500 ml Rinderfond
200 ml Schlagsahne
2 EL Butter
1 EL Mehl
1 unbehandelte Zitrone

Schalotte abziehen, fein würfeln und in der Pfanne einen Esslöffel glasig dünsten.

Pfefferkörner dazugeben und mit Cognac ablöschen. Fond und Sahne angießen. Die Sauce etwa 20 Minuten köcheln lassen.

Einen Esslöffel Butter und Mehl miteinander verkneten und in den Kühlschrank stellen. Fleischsaft mit in die Sauce gießen. Zitrone halbieren und auspressen. Mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken. Eventuell die Sauce mit der Mehlbutter abbinden.

Für die Bohnen:

3 handvoll grüne, geputzte Bohnen
1 kleine Zwiebel
2 Knoblauchzehen
40 g Butter
1 Muskatnuss
2 Zweige Bohnenkraut
100 ml Wasser
Salz, aus der Mühle
Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch und Zwiebel abziehen, fein würfeln und in der Butter in einer Pfanne glasig dünsten. Bohnenkraut abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Bohnen und Bohnenkraut mit in die Pfanne geben, mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen und mit Wasser auffüllen.

Pfanne mit Deckel abdecken und die Bohnen 15 – 20 Minuten schmoren lassen. Mit Salz nochmals abschmecken.

Für das Kartoffelpüree:

400 g mehlig kochende Kartoffeln
150 ml Milch
30 g Butter
1 Muskatnuss
Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, in grobe Stücke schneiden und in reichlich Salzwasser in einem Topf etwa 18–20 Minuten weich garen. Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken. Milch in einem Topf erwärmen und zusammen mit der Butter unter die Kartoffeln rühren. Mit Salz und Muskat abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Susanne Rau

Mascarpone-Mango-Creme mit Pistazien-Krokant

Zutaten für zwei Personen

Für das Mangopüree: Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein schneiden und grob würfeln. Limette halbieren und auspressen. Mangofleisch mit drei 1 unbehandelte Limette Esslöffeln Limettensaft und gegebenenfalls Zucker mit dem Pürierstab fein je nach Süße der Mango: 1-3 EL Zucker pürieren.

Für die Mascarpone-Creme: Mascarpone, Kardamom und Zucker verrühren und mit der Hälfte des 300 g Mascarpone Mangopürees mischen. Bis zum Servieren kaltstellen.
1 Msp. gemahlener Kardamom
2 EL Zucker

Für das Pistazien-Krokant: Die Pistazienkerne und den Zucker in einer Pfanne ohne Fett unter Rühren erhitzen, bis der Zucker geschmolzen ist und eine hellbraune Farbe hat. Anschließend Krokant auf ein Stück Backpapier gießen, etwas verstreichen und fest werden lassen. Zum Garnieren in grobe Stücke brechen und auf die Creme verteilen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Lukas Kurth

Viererlei Flammkuchen

Zutaten für zwei Personen

Für den Teig: Den Backofen auf 250 Grad xx vorheizen.
 200 g Mehl Mehl, Wasser, Öl und Salz zu einem glatten Teig verkneten und in acht gleichgroße Teile aufteilen und sehr dünn ausrollen.
 1 EL Öl
 110 ml Wasser
 1 TL Salz

Für die Creme (für alle 4 Flammkuchen): Schmand und Creme double mit einander vermischen und in vier Teile aufteilen.
 200 g Schmand
 200 g Creme Double

Für Flammkuchen #1 Gemüsezwiebel abziehen und fein hacken. Einen Teil der Creme mit Salz und Pfeffer würzen, auf dem Flammkuchen verteilen und mit Zwiebel- und Speckwürfeln belegen. Im Backofen für 8-10 Minuten backen. Das Grün der Frühlingszwiebel in Ringe schneiden und auf dem Flammkuchen verteilen.
 1 Gemüsezwiebel
 50 g Speckwürfel
 1 Frühlingszwiebel
 Salz aus der Mühle
 Bunter Pfeffer aus der Mühle

Für Flammkuchen #2 Einen Teil der Creme mit dem Calvados verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Zwiebeln abziehen, fein würfeln und zusammen mit den Pfifferlingen und Schinkenwürfeln auf dem Teig verteilen. Im Backofen für 8-10 Minuten backen. Rucola waschen, trocken wedeln und auf dem fertigen Flammkuchen verteilen.
 2 rote Zwiebeln
 1 Glas eingelegte Pfifferlinge
 50 g Speckwürfel
 40 ml Calvados
 1 Bund Rucola
 Salz aus der Mühle
 Bunter Pfeffer aus der Mühle

Für Flammkuchen #3 Etwas von dem Preiselbeersaft zu einer der Creme geben und unterrühren. Den Camembert in Streifen. Birne schälen, in sehr dünne Scheiben schneiden und zusammen mit dem Camembert auf dem Teig verteilen. Im Backofen für 8-10 Minuten backen. Preiselbeeren auf und neben dem Camembert dekorativ verteilen.
 1 Camembert à 180 g
 1 Birne
 Preiselbeeren aus dem Glas mit Saft

Für Flammkuchen #4 0,5 Teelöffel Lavendelhonig zur letzten Creme geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ziegenkäse und Feigen in Scheiben schneiden, die Walnüsse halbieren und alles auf dem Teig verteilen. Im Backofen für 8-10 Minuten backen. Anschließend mit dem restlichen Lavendelhonig beträufeln.
 1 Ziegenkäse à 180 g
 3 Feigen
 60 g Walnüsse
 1 TL Lavendelhonig
 Salz aus der Mühle
 Bunter Pfeffer aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Lukas Kurth

Ziegenkäse-Eis mit kandierten Walnüssen und Birnenkompott

Zutaten für zwei Personen

Für das Ziegenkäse-Eis: Eier trennen. Sahne, Milch, Eigelbe, Zucker und Ziegenfrischkäse bei geringer Hitze in einem Topf verrühren bis sich Zucker und Ziegenkäse aufgelöst haben, zur Not mit dem Handrührgerät nachhelfen.

- 200 ml Sahne
- 100 ml Milch
- 3 Eier
- 65 g Zucker
- 200 g Ziegenfrischkäse

Für die kandierten Walnüsse: Zucker und Wasser in eine heiße Pfanne geben, sobald die Masse anfängt zu schäumen, die Walnüsse hinzugeben. Mit einem Pfannenwender kräftiger rühren, bis die Walnüsse einen schönen Zuckermantel haben. Anschließend die Nüsse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech zum Abkühlen geben.

- 50 g Walnüsse
- 50 g Zucker
- 3 EL Wasser

Für das Birnenkompott: Die Birne schälen und in Würfel schneiden (1,5 cm). Zitrone halbieren und auspressen. Birne, Zitronensaft, Zucker, Birnensaft und die Zimtstange in einen Topf geben. Bei geringer bis mittlerer Hitze (je nach gewünschter Bissfestigkeit) einkochen lassen. Zimtstange wieder entnehmen!

- 1 reife Birne
- 50 g Zucker
- 100 ml Birnensaft
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Zimtstange

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.