



| Die Küchenschlacht – Überraschungsmenü vom 20. November 2009 |

Vorspeise: „Sushirolle vom Rinderfilet“ von Steffen Henssler“

Zutaten für zwei Personen

| | |
|-----------|----------------------|
| 200 g | Rinderfilet |
| 1 | Gurke |
| 1 | Frühlingszwiebel |
| 1 | Avocado |
| 2 Stangen | Spargel, grün |
| 1 | Zitrone, unbehandelt |
| 2 EL | Sesam |
| 150 ml | Hoisinsauce |
| 100 ml | Sojasauce |

Zubereitung

Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und in dünne Scheiben schneiden. Die Filetscheiben mit etwas Öl beträufeln und zwischen Klarsichtfolie hauchdünn plattieren. Die Gurke schälen und das Avocadofleisch auslösen. Den Frühlingslauch abziehen. Das ganze Gemüse in feine Julienne schneiden. Den Spargel von dem unteren Drittel befreien und kurz blanchieren.

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Die Gemüse-Julienne und die Spargelstangen auf dem Fleisch platzieren und zu Sushirollen drehen. Die Rollen in gleich große Stücke schneiden. Die Sojasauce und die Hoisinsauce vermengen. Die Zitrone in Spalten schneiden. Abschließend die Rolle mit Sesam bestreuen, mit Zitrone garnieren und mit der Sauce servieren.



Hauptgang: „Gratiniertes Lachsfilet mit Kartoffel-Garnelen-Püree“ von Steffen Henssler

Zutaten für zwei Personen

| | |
|----------|---------------------------------------|
| 2 | Lachsfilets, ohne Haut, à 150 g |
| 6 | Garnelen, 13/15, ohne Kopf und Schale |
| 300 g | Kartoffeln, mehligkochend |
| 200 g | Spinat |
| 2 | Schalotten |
| 3 | Eier |
| 350 g | Butter |
| 100 g | Crème fraîche |
| 300 ml | Weißwein |
| 30 ml | Weißweinessig |
| 0,5 Bund | Estragon |
| 0,5 Bund | Schnittlauch |
| 2 EL | Essig |
| 1 | Muskatnuss |
| | Salz, aus der Mühle |
| | Pfeffer, schwarz, aus der Mühle |
| | Olivenöl |

Zubereitung

Den Backofen auf 220 Grad Grillstufe vorheizen.

Den Weißwein bei mittlerer Hitze in einem Topf stark einreduzieren und anschließend abkühlen lassen.

Die Eier trennen. Die Estragonblättchen abzupfen und fein hacken. Aus 250 Gramm Butter, den Eigelb, Weißweinessig, Estragon, dem abgekühlten Weißwein und zwei Esslöffeln Wasser eine Sauce Bernaise herstellen.

Den Spinat waschen und trocken schleudern. Anschließend fein schneiden und kurz blanchieren. Die Schalotten abziehen, in feine Würfel schneiden und in 50 Gramm Butter anschwitzen. Den Spinat dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Nun drei Viertel der Bernaise unterrühren.

Die Lachsfilets waschen und trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Lachsfilets von einer Seite kurz anbraten. Die Lachsfilets mit der Spinatmischung bedecken und das Ganze fünf Minuten im Backofen gratinieren.

Die Garnelen waschen, trocken tupfen und klein schneiden. Die übrige Butter in einer Pfanne erhitzen, die Garnelenstückchen darin kurz anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kartoffeln pressen, mit der Crème fraîche vermengen und die Garnelen dazugeben. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und das Püree mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das gratinierte Lachsfilet mit dem Kartoffel-Garnelen-Püree anrichten.