



| Die Küchenschlacht –Leibgerichte vom 26. Oktober 2009 |

„Sesamfischfilet an Limetten-Pfefferminz-Vinaigrette mit Kartoffelplätzchen“ von Hartwig Bielfeld

Zutaten für zwei Personen

2	Heilbuttfilets, à 150 g, ohne Haut
250 g	Kartoffeln, festkochend
1	Schalotte
250 g	Erbsen, grün, frisch
1	Limette, unbehandelt
250 g	Mehl
1	Ei
30 g	Butter
50 g	Butterschmalz
2 EL	Sesam, weiß
2 EL	Sesam, schwarz
50 ml	Gemüsefond
2 EL	Milch
1 Bund	Petersilie
1 Zweig	Pfefferminze, frisch
4 EL	Olivenöl
	Zucker
	Meersalz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Fischfilets waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Die Filets mit den Sesamsamen bestreuen und anschließend 15 Minuten in den Ofen geben.

Für das Erbsenpüree die Schalotte abziehen, klein schneiden und in einem Topf in zwei Esslöffel Olivenöl anschwitzen. Die Limette halbieren, auspressen und die Hälfte des Limettensaftes zu den Schalotten geben. Die Erbsen und den Gemüsefond hinzugeben und fünf Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen. Für die Garnitur zwei Esslöffel entnehmen. Die restlichen Erbsen mit dem Gemüsefond pürieren, durch ein fein löchriges Sieb streichen und zugedeckt warm stellen.

Die Pfefferminzblätter abzupfen, drei Blätter fein hacken und mit dem restlichen Limettensaft, etwas Zucker und dem restlichen Olivenöl vermischen. Die Vinaigrette mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Kartoffelplätzchen die Kartoffeln schälen und in einem Topf 20 Minuten kochen. Die warmen Kartoffeln mit der Butter, dem Ei, der Milch und dem Mehl vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Petersilienblätter abzupfen, klein hacken und dazugeben. Das Ganze mit einem Kartoffelstampfer zu einem Teig verarbeiten. Den Teig ausrollen, Plätzchen ausstechen und mit Butterschmalz ausbacken.

Die Fischfilets mit dem Erbsenpüree auf Tellern anrichten und mit den restlichen Erbsen und den restlichen Pfefferminzblättern garnieren. Die Fischfilets mit der Vinaigrette beträufeln und die Kartoffelplätzchen beilegen.



„Blauschimmel-Filet mit Champignons und Kartoffelpüree“ von Brigitte Hollmann

Zutaten für zwei Personen

2	Rinderfilets, à 200 g
6	Kartoffeln, mehligkochend
1	Zwiebel
150 g	Champignons, weiß
150 g	Edelpilzkäse
1	Muskatnuss
4 Scheiben	Speck, durchwachsen
1 Bund	Petersilie, glatt
100 ml	Milch
150 ml	Rinderfond
30 g	Butterschmalz
250 g	Butter
	Salz
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen.

Die Rinderfilets waschen und trocken tupfen. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und darin die Rinderfilets kurz darin anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und im Backofen weitergaren.

Die Zwiebel abziehen und klein schneiden. Anschließend in einer Pfanne in der Hälfte der Butter anschwitzen. Die Champignons fein schneiden und mit in die Pfanne geben. Das Ganze anschließend mit dem Rinderfond ablöschen. Die Petersilie zupfen, fein hacken, dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Backofentemperatur auf 250 Grad erhöhen.

Die Speckstreifen in einer Pfanne anrösten. Die Filets aus dem Ofen nehmen und mit dem knusprigen Speck belegen. Die Zwiebel-Champignon-Masse darüber geben und mit dem Blauschimmelkäse belegen. Das Ganze nun im Ofen überbacken.

Etwas von der Muskatnuss reiben. Die Kartoffeln abdampfen lassen, danach stampfen, die Milch untermischen und mit Pfeffer, Salz und etwas Muskatnuss würzen. Anschließend die restliche Butter hinzufügen.

Das Kartoffelpüree mit einem Spritzbeutel auf Tellern anrichten und die Filets daneben platzieren.



„Tagliatelle mit Lachs-Sahne-Sauce“ von Peter Schauer

Zutaten für zwei Personen

400 g	Lachsfilet, ohne Haut
300 g	Weizenmehl
4	Eier
2	Zucchini
10	Cherrytomaten
250 ml	Sahne
500 ml	Weißwein, trocken
1 Bund	Frühlingszwiebeln
2 Zweige	Oregano
2 Zweige	Basilikum
	Chili, getrocknet, aus der Mühle
	Meersalz
	Olivener Öl, zum Anbraten
	Salz
	Pfeffer, schwarz aus der Mühle

Zubereitung

Das Mehl und die Eier zu einem Teig vermengen. Den Teig dünn ausrollen und mit einem Messer die Tagliatelle ausschneiden. Gesalzenes Wasser zum Kochen bringen und die Tagliatelle für drei Minuten kochen.

Die Frühlingszwiebeln fein schneiden und mit Olivenöl in einer Pfanne anbraten. Die Zucchini von den Enden und die Tomaten vom Struck befreien, halbieren, klein schneiden, mit in die Pfanne geben und anbraten. Anschließend mit Pfeffer und Salz würzen und mit dem Weißwein ablöschen. Das Ganze kurz köcheln lassen und die Sahne hinzufügen. Die Sauce mit Pfeffer, Salz, Chili und Meersalz abschmecken. Die Blätter von einem Basilikum- und Oreganozweig abzupfen und ebenfalls mit in die Pfanne geben.

Den Lachs waschen und trocken tupfen. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, den Lachs darin von beiden Seiten anbraten und mit Pfeffer, Salz und Meersalz würzen.

Die Nudeln in die Pfanne geben und durchschwenken.

Die Nudeln und das Lachsfilet auf Tellern anrichten und mit dem restlichen Basilikum und Oregano garnieren.



„Zürcher Geschnetzeltes“ von Eva Schaefers

Zutaten für zwei Personen

300 g	Kalbschnitzel
250 g	Kartoffeln, festkochend
125 g	Champignons
2	Zwiebeln
1	Zitrone, unbehandelt
125 ml	Weißwein
200 g	Sahne
1 TL	Dijonsenf
2 TL	Worcestershiresauce
1	Muskatnuss
0,5 Bund	Petersilie
2 EL	Olivenöl
80 g	Butter
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 90 Grad Umluft vorheizen.

Das Kalbfleisch waschen, trocken tupfen und in dünne Streifen schneiden. Die Champignons putzen und in dünne Scheiben schneiden, eine Zwiebel abziehen und mit einem Zwiebelhacker fein zerkleinern.

50 Gramm Butter in einer Pfanne zergehen lassen, die Kalbfleischstreifen hineinlegen, hell anbräunen und anschließend warm stellen. Nun die Champignons unter Wenden anbraten, zum Schluss die Hälfte der Zwiebelstücke hinzugeben und goldgelb schmoren lassen. Das Ganze mit dem Wein ablöschen und die Hitze reduzieren. Die Worcestershiresauce und den Senf hinzufügen, zugedeckt fünf Minuten andünsten und abschließend die Sahne einrühren.

Etwas Muskat reiben. Das Fleisch zurück in den Topf geben und Muskat, Salz und Pfeffer hinzufügen. Die Hälfte der Zitronenschale reiben und ebenfalls zur Sauce geben. Zugedeckt drei Minuten ziehen lassen.

Die restliche Zwiebel abziehen und drei Viertel fein würfeln. Die Kartoffeln auf einer Reibe grob raffeln. Die Kartoffeln mit den Zwiebelwürfeln, Muskat und Salz mischen. Das Öl und die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen, die Kartoffelmasse mit Hilfe von zwei Ausstechringen hineingeben und so lange braten, bis die Unterseite knusprig braun ist. Die Rösti anschließend wenden und die Unterseite ebenfalls goldbraun braten.

Die Petersilie fein hacken. Das Geschnetzelte mit den Rösti auf Tellern anrichten und mit der Petersilie garnieren.



„Schweinekotelett mit Salbei“ von Wolfgang Gruner

Zutaten für zwei Personen

2	Schweinenackenkoteletts, mit Knochen, à 140 g
500 g	Kartoffeln, mehligkochend
2 Scheiben	Schinken, roh
300 g	Räucherspeck, am Stück
200 g	Champignons, braun
1	Zwiebel
2	Aprikosen, getrocknet
0,5 Bund	Salbei
4 Zehen	Knoblauch
40 g	Mehl
250 ml	Sahne
40 g	Butter
7 EL	Olivenöl
250 ml	Rotwein, trocken
40 g	Mostrich, süß
	Meersalz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser gar kochen.

Den Speck in Streifen schneiden. Drei Zehen Knoblauch abziehen. Von einem Salbeizweig die Blätter abzupfen. Nun die Salbeiblätter, den Speck, die Knoblauchzehen und die Kartoffeln auf ein Blech geben. Das Ganze mit vier Esslöffeln Olivenöl beträufeln und im Backofen garen.

Die Koteletts waschen, trocken tupfen und jeweils beidseitig schräg eine Tasche in das Fleisch schneiden.

Acht Blätter Salbei abzupfen und auf beiden Seiten dünn mit zwei Esslöffeln Olivenöl beträufeln. Eine Seite der Blätter zusätzlich mit dem Mehl bestäuben und die Blätter mit der Mehlseite auf die Koteletts legen. Die Koteletts in Frischhaltefolie wickeln und ruhen lassen.

Vier Salbeiblätter abzupfen. Die restliche Knoblauchzehe abziehen und klein hacken. Das Ganze mit dem Schinken, der Hälfte der Butter, den Aprikosen und einer Prise Salz und Pfeffer in einen Mixer geben und pürieren. Ein Viertel der Paste jeweils in die Fleischtaschen füllen. Die Koteletts im restlichen Olivenöl rundum anbraten. Anschließend auf die Kartoffeln legen und das Ganze zusammen 15 Minuten im Ofen garen lassen.

Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Beides in der restlichen Butter anschwitzen und den Mostrich dazugeben. Mit dem Rotwein ablöschen, reduzieren lassen und mit der Sahne abschmecken. Anschließend zu einer sämigen Sauce pürieren.

Die Koteletts mit den Speckkartoffeln und der Sauce auf Tellern anrichten und mit je einem Salbeiblatt dekorieren.



„Gnocchi mit Gorgonzolasauce und Schweinemedallions“ von Fabienne Suter

Zutaten für zwei Personen

4	Schweinefiletmedaillons, à 40 g
400 g	Kartoffeln, mehligkochend
100 g	Rucola
130 g	Mehl
75 g	Gorgonzola
75 g	Parmesan
125 g	Crème double
1	Ei
2 EL	Butter
50 ml	Gemüsefond
1	Muskatnuss
1 Msp.	Thymianpulver
1 Prise	Currypulver
1 Prise	Paprikapulver, scharf
1 Prise	Cayennepfeffer
	Salz
	Pfeffer, weiß, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 250 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Gnocchi mild gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Die Kartoffeln waschen und mit der Schale im Dampfkochtopf zehn Minuten weich kochen. Die Schale anschließend abziehen, die Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken und abkühlen lassen.

Etwas Muskatnuss und den Parmesan reiben. Das Ei und 120 Gramm Mehl unter die Kartoffeln heben und anschließend mit Salz, Cayennepfeffer und Muskat abschmecken. Den Teig auf dem restlichen Mehl zu fingerdicken Rollen formen und in drei Zentimeter lange Stücke schneiden.

Die Gratinform großzügig mit einem Esslöffel Butter auspinseln. Die Gnocchi im Wasser drei Minuten köcheln lassen. Anschließend die Gnocchi aus dem Wasser schöpfen, in der Gratinform verteilen, die Hälfte des Parmesans über die Gnocchi geben und im Backofen gratinieren.

Die Schweinemedallions waschen, trocken tupfen und mit Salz, Pfeffer, Thymianpulver, Currypulver und Paprikapulver würzen. Die Medallions in der restlichen Butter beidseitig bei mittlerer Hitze goldbraun braten, anschließend zugedeckt auf einem Teller am Herdrand warm stellen.

Den Rucola waschen und trocken schleudern. Einige Rucolablätter zum Garnieren beiseite legen und den restlichen Rucola in kleine Streifen schneiden

Den Gorgonzola zerbröckeln und mit der Crème double und dem Gemüsefond bei mittlerer Hitze cremig einkochen. Anschließend die Sauce mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen. Das Ganze nochmals aufkochen lassen, mit einem Stabmixer aufschäumen und die Rucolastreifen in die Sauce geben.

Die Gnocchi mit der Sauce und dem Rucola auf Tellern anrichten, das Ganze mit dem restlichen Parmesan bestreuen und zusammen mit den Schweinemedallions servieren.