



| Die Küchenschlacht –Hauptgerichte vom 28. Oktober 2009 |

„Schweinefilet in Weinbrandsauce und Pommes Macaire“ von Brigitte Hollmann

Zutaten für zwei Personen

2	Schweinefilets, à 200 g
6	Kartoffeln, klein, mehligkochend
1	Zucchini
1	Zwiebel
1 Bund	Thymian
1 Bund	Zitronenmelisse
1	Muskatnuss
200 ml	Sahne
100 g	Butterschmalz
6 EL	Butter
5 cl	Weinbrand
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen.

Die Schweinefilets waschen und trocken tupfen. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Schweinefilets darin anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen, salzen und pfeffern und für 15 Minuten in den Backofen geben.

Die Zwiebel abziehen, klein schneiden und in einer Pfanne mit zwei Esslöffeln Butter glasig dünsten. Anschließend mit der Sahne aufkochen lassen. Die Blätter von der Melisse und vom Thymian abzupfen, fünf Minuten mitkochen lassen und das Ganze mit dem Weinbrand ablöschen.

Etwas Muskatnuss reiben. Die Kartoffeln abgießen, durch eine Presse drücken und mit zwei Esslöffeln Butter, Salz und Muskatnuss würzen. Anschließend aus der Kartoffelmasse Rollen formen, diese in Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit der restlichen Butter anbraten.

Die Zucchini von den Enden befreien, in dünne Streifen schneiden und in einer Pfanne anrösten.

Die Schweinefilets aus dem Ofen nehmen und schräg anschneiden.

Das Schweinefilet mit den Pommes Macaire und den Zucchiniestreifen auf Tellern anrichten und mit der Sauce garnieren.



„Selbstgemachte Spätzle mit geschmelzten Zwiebeln und Feldsalat“ von Peter Schauer

Zutaten für zwei Personen

300 g	Spätzlemehl
100 g	Butter
200 g	Allgäuer Bergkäse
100 g	Emmentaler
200 g	Feldsalat
20 g	Schafskäse, weich, eingelegt in Salzlake
4	Eier
3	Zwiebeln
1 TL	Senf, mittelscharf
1 Bund	Schnittlauch
1 Bund	Petersilie
3 EL	Rapsöl
3 EL	Kräuteressig
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Mehl mit den Eiern, 300 Milliliter Wasser und Salz in eine Rührschüssel geben und zu einem glatten Teig verrühren.

In einem Topf Wasser mit etwas Salz zum Kochen bringen. Den Teig in die Spätzlepresse geben und ins Wasser pressen. Den Allgäuer Bergkäse und den Emmentaler reiben. Anschließend die Spätzle herausschöpfen, und abwechselnd Spätzle, den Allgäuer Bergkäse und den Emmentaler in einer Auflaufform schichten.

Zwei Zwiebeln abziehen, halbieren und in Ringe schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und darin die Zwiebeln braten.

Von der Petersilie die Blätter abzupfen und gemeinsam mit dem Schnittlauch und dem Schafskäse klein schneiden.

Für die Vinaigrette den Kräuteressig, das Rapsöl, den Senf, den Schnittlauch, die Petersilie und den Schafskäse vermengen. Eine Zwiebel abziehen, schälen, klein schneiden und dazu geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Feldsalat waschen und trocken schleudern. Die Vinaigrette auf den Feldsalat geben.

Die Käsespätzle auf Tellern anrichten und mit den Zwiebeln und dem Feldsalat garnieren.



„Zander im Mantel mit Brokkoli und Safransauce“ von Eva Schaefers

Zutaten für zwei Personen

2	Zanderfilets, à 100 g, ohne Haut und Gräten
250 g	Brokkoli
2 Scheiben	Parmaschinken
4	Yufkateigblätter
1	Zitrone, unbehandelt
20 g	Mandelblättchen
6 EL	Butter
2 EL	Butterschmalz
15 cl	Weißwein, trocken
15 cl	Fischfond
2 EL	Crème double
4cl	Wermut
2cl	Anisspirituose
1 Msp.	Safranfäden
1 TL	Pfefferbeeren, rosa
1	Muskatnuss
1 EL	Zucker
	Salz
	Pfeffer, weiß, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Den Yufkateig zu Bändern in Fischbreite in vierfacher Länge zuschneiden und mittig über Kreuz legen. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen.

Den Fisch waschen, trocken tupfen, mit Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern. Zusammen mit dem Parmaschinken und dem Yufkateig zum Päckchen falten. Anschließend in einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen, die Fischpäckchen auf der Nahtseite rundherum kross anbraten und im Backofen für zehn Minuten fertigbaren.

Den Brokkoli vom Strunk befreien, in Röschen teilen, blanchieren und abschrecken. Etwas Muskatnuss reiben. In einer Pfanne die Mandelblättchen in der restlichen Butter anschwitzen, den Brokkoli wieder hinzufügen und mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und einem Esslöffel Zucker abschmecken.

Den restlichen Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen, mit Wein ablöschen und reduzieren. Anschließend mit dem Fischfond auffüllen und nochmals reduzieren. Abschließend mit der Crème double, der Anisspirituose, dem Wermut und den Safranfäden einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Fischpäckchen aus dem Ofen nehmen, den Bindfaden entfernen und auf Tellern anrichten. Mit den Brokkoliröschen, der Sauce und den Pfefferbeeren garnieren.



„Kalbssteaks mit Kräuterfüllung“ von Fabienne Suter

Zutaten für zwei Personen

2	Kalbssteaks, à 120 g
30 g	Frühstücksspeck
400 g	Mangold
1	Tomate
2	Schalotten
2 Zehen	Knoblauch
1	Zitrone, unbehandelt
1 Bund	Petersilie, glatt
3 Zweige	Kerbel, frisch
3 Zweige	Majoran, frisch
1 Bund	Basilikum, frisch
3 Zweige	Thymian, frisch
1 Bund	Schnittlauch, frisch
150 g	Mehl
1 EL	Paniermehl
4 TL	Butter
2 EL	Butterschmalz
2	Eier
4 EL	Sahne
50 ml	Milch
1	Muskatnuss
1 Msp	Thymianpulver
1 Prise	Currypulver, normal
1 Prise	Paprikapulver, scharf
	Salz
	Pfeffer, weiß, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen und die Teller darin anwärmen.

Für die Spätzle mild gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Die Tomate vom Strunk befreien und für 15 Sekunden in kochendes Wasser tauchen. Anschließend die Haut abziehen, die Tomate entkernen und das Tomatenfleisch fein würfeln. Die Petersilie, den Kerbel, den Majoran, das Basilikum und den Thymian zupfen und fein hacken. Den Schnittlauch ebenfalls klein schneiden. Die Knoblauchzehen abziehen, eine davon halbieren und die halbe Zehe fein schneiden. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen.

In einer Pfanne das Paniermehl in einem Teelöffel Butter goldgelb rösten. Die gewürfelte Tomate, die geschnittenen Kräuter und zwei Esslöffel der Sahne hinzugeben. Anschließend den fein geschnittenen Knoblauch hinzufügen und die Pfanne sofort vom Herd nehmen.

Das Butterschmalz in einer Pfanne schmelzen. Die Kalbssteaks waschen, trocken tupfen, eine Tasche einschneiden und die Kräuter-Tomaten-Mischung in die Tasche füllen. Die Tasche mit den Zahnstochern verschließen und die Ränder gut andrücken. Die Steaks mit Salz, Pfeffer, etwas Thymianpulver, Currypulver und Paprikapulver würzen, in dem Butterschmalz bei mittlerer Hitze beidseitig goldbraun braten und dabei immer wieder mit dem flüssigen Butterschmalz übergießen. Das Fleisch auf die vorgewärmten Teller legen, ein paar Tropfen Zitronensaft zum Butterschmalz geben und die Steaks damit überziehen.

Etwas Muskatnuss reiben. Das Mehl und die Eier in einer Schüssel vermengen und Milch hinzufügen, bis der Teig schwer vom Löffel fällt und Blasen wirft. Den Teig mit Salz und Muskatnuss würzen und durch ein Spätzlesieb in das kochende Wasser drücken. Sobald die Spätzle an die Oberfläche steigen, mit dem Schaumlöffel aus dem Wasser heben und in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben. Anschließend die Spätzle in einer Pfanne mit zwei Teelöffeln Butter anschwitzen.



Den Mangold entstielen, wässern und trocken schleudern. Den Frühstücksspeck würfeln und in der restlichen Butter anbraten. Die Schalotten abziehen, würfeln, dann zum Speck geben und kurz andünsten. Nun den Mangold und die zweite Knoblauchzehe hinzufügen und so lange rühren bis das Gemüse zusammenfällt und die Flüssigkeit verdampft ist. Anschließend die Knoblauchzehe wieder herausschöpfen, den Mangold mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und mit der restlichen Sahne verfeinern.

Die Kalbsteaks zusammen mit den Spätzle und dem Mangold auf Tellern anrichten und servieren.