



| Die Küchenschlacht - Vorspeisen vom 11. August 2009 |

„Vichysoisse“ von Penelope Cantrell

Zutaten für zwei Personen

6	Riesengarnelen, mit Kopf und Schale
200 g	Kartoffeln, festkochend
2 Stangen	Lauch
1 Bund	Schnittlauch
1 L	Geflügelfond
100 g	Sahne
50 g	Crème fraîche
250 ml	Weißwein
1 Msp.	Fleur de Sel
1 Msp.	Vanillesalz
2	Zitronengrasspieße
	Butter, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Für die Suppe eine Stange Lauch abziehen und den weißen Teil in dünne Scheiben schneiden. Die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Butter in einem Topf schmelzen und den Lauch bei mittlerer Hitze anschwitzen. Die Kartoffeln dazugeben und mit dem Geflügelfond und dem Wein aufgießen, das Fleur de Sel und das Vanillesalz dazugeben, einmal aufkochen lassen und dann bei mittlerer Hitze 20 Minuten köcheln lassen bis die Kartoffeln weich sind. Anschließend die Suppe pürieren, Sahne und Crème fraîche hinzugeben schaumig aufschlagen.

Das Salzwasser zum Kochen bringen. Für die Einlage der Suppe, die übrige Lauchstange abziehen, längs halbieren, in zwei Zentimeter große Rauten schneiden und in dem kochenden Salzwasser blanchieren. In eiskaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.

Die Garnelen an der Oberseite längs einritzen und von Kopf, Schale und Darm befreien. Anschließend waschen und trocken tupfen. Dann Butter in einer Pfanne zerlassen und die Garnelen darin anbraten und anschließend jeweils drei Garnelen auf je einem Zitronengrasspieß dekorieren. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden.

Die Suppe erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken, schaumig schlagen, mit Lauchrauten und Schnittlauchröllchen bestreuen und mit den Garnelenspießen anrichten.



„Lachs „Caprese““ von Eric Schmitz

Zutaten für zwei Personen

3	Lachsfilets, à 120 g, küchenfertig
1	Ei
400 g	Büffelmozzarella
2	Tomaten
0,5 Bund	Basilikum
2 EL	Schlagsahne
4 EL	Olivenöl
3 EL	Balsamicodessig
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 175 Grad Umluft vorheizen.

Ein Lachsfilet waschen, trocken tupfen und grob würfeln. Den Basilikum zupfen. Die Blättchen mit der Sahne pürieren. Das Ei trennen, Lachswürfel und Eiweiß zufügen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Mischung zu einer feinen Masse pürieren.

In die Mitte der übrigen Lachsfilets ein Loch schneiden und den Fisch ebenfalls waschen und trocken tupfen. Die Basilikummasse in einem Spritzbeutel füllen und in die Öffnung spritzen. Den Fisch mit Salz und Pfeffer würzen. Zwei Esslöffel Öl in der Pfanne erhitzen und die Lachsstücke darin anbraten. Im Ofen für ca. zehn Minuten nachgaren lassen.

Die Tomaten vom Strunk befreien und in Scheiben schneiden und den Mozzarella ebenfalls in Scheiben schneiden.

Die Tomaten und den Mozzarella anrichten, mit Salz und Pfeffer würzen und Essig und das übrige Öl darüber träufeln. Das Lachs „Caprese“ darauf setzen und mit Basilikum garnieren.



„Kleine Lauchstrudel mit Salatbouquet“ von Antoinette Froschmayer

Zutaten für zwei Personen

1 Stange	Lauch
2	Schalotten
1 Zehe	Knoblauch
60 g	Mascarpone-Gorgonzola-Käse
1	Ei
1 Paket	Strudelteig
1	Zitrone, unbehandelt
1	Avocado
1	Peperoncino, rot
1	Friséesalat
100 g	Feldsalat
0,5 Bund	Petersilie, glatt
2 EL	Weißweinessig
250 ml	Fleischfond
2 EL	Estragonsenf
4 EL	Olivenöl, kaltgepresst
90 g	Butter
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen

Für den Strudel eine Schalotte und die Knoblauchzehe abziehen und klein schneiden. Den Lauch abziehen und in feine Ringe schneiden.

20 Gramm Butter in einer Pfanne erhitzen und die Schalotte, die Knoblauchzehe und den Lauch dünsten und mit Salz und Pfeffer würzen und auskühlen lassen.

Das Ei trennen und das Eigelb mit dem Mascarpone-Gorgonzola-Käse vermengen und zum Lauch geben.

Die restliche Butter in einem Topf zerlassen und damit die Strudelblätter bestreichen. Anschließend den Strudelteig in vier Teile schneiden. Nun die Füllung jeweils auf dem unteren Teil des Teigs verteilen und kleine Strudel formen. Ein Blech mit Backpapier belegen.

Die Strudel mit der Verschlussseite nach unten auf das Backblech legen und nochmals mit Butter bestreichen und im Backofen für 20 Minuten backen

Die übrige Schalotte abziehen und fein würfeln. Die Zitrone halbieren und pressen. Die Petersilie zupfen und fein hacken.

Für die Vinaigrette das Olivenöl mit dem Weinessig, den Fleischfond, Estragonsenf, Zitronensaft, Petersilie und Salz und Pfeffer vermengen. Den restlichen Zitronensaft für später aufbewahren.

Den Feldsalat und den Friseésalat waschen, trocken schleudern und mit dem Dressing vermengen. Die Avocado schälen und in Fächer schneiden. Den übrigen Zitronensaft über die Avocado träufeln. Die Peperoncino längs halbieren, entkernen und klein würfeln. Über die Avocado geben und zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Salat mit den Avocadofächern und den Lauchstrudeln anrichten.



„Lachs-Cappuccino“ von Michael Weinhut

Zutaten für zwei Personen

2	Lachsfilets, à 150 g, ohne Haut, küchenfertig
1	Zwiebel
2	Karotten
1 Knolle	Sellerie
1	Lauchzwiebel
1 Bund	Petersilie, glatt
1 Bund	Schnittlauch
1	Zitrone, unbehandelt
200 ml	Fischfond
200 ml	Sahne
50 g	Butter, tiefgefroren
250 ml	Gemüsefond
125 ml	Weißwein, trocken
	Cayennepfeffer, zum Abschmecken
	Butter, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Zwiebel abziehen, klein hacken und in etwas Butter anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und weich kochen.

Den Lachs waschen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden. Ein Drittel vom Lachs beiseite legen. Etwas Schale von der Zitrone abreiben, beiseite stellen und die Zitrone anschließend halbieren, pressen und den Fisch damit beträufeln. Die Fischwürfel zu den Zwiebelwürfeln geben, mit 100 Milliliter Sahne, Gemüse- und Fischfond ablöschen, leicht köcheln lassen und im Anschluss pürieren.

Die Karotten schälen und den Sellerie schälen und beides fein schneiden. Die Lauchzwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden. Etwas Butter in einem Topf zerlassen und das Gemüse darin anschwitzen. Mit der übrigen Sahne aufgießen und köcheln lassen. Die übrigen Lachswürfel in der Suppe ziehen lassen.

Die Lachssuppe mit der tiefgefrorenen Butter verfeinern und das Ganze noch mal pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken und etwas Zitronenabrieb dazugeben.

Die Petersilie zupfen und zusammen mit dem Schnittlauch fein schneiden.

Den Gemüsemix in die Cappuccinogläser füllen, dann den Lachsschaum darüber geben und zum Schluss die übrigen Lachswürfel obenauf legen. Mit Petersilie und Schnittlauch garnieren.



„Bärlauch-Risotto mit Ziegenkäse“ von Mira Kohlberg

Zutaten für zwei Personen

200 g	Risottoreis
100 g	Ziegenfrischkäse
1 Bund	Rucola
50 g	Bärlauchpesto
50 g	Parmesan
1	Schalotte
50 g	Butter
1 L	Rinderfond
100 ml	Weißwein
	Butter, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Schalotte abziehen und fein würfeln. In etwas Butter in der Pfanne glasig anlaufen lassen.

Den Risottoreis hinzugeben und ebenfalls glasig anbraten. Anschließend mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Das Ganze mit Salz abschmecken.

Den Fond unter ständigem Rühren dazugeben und köcheln lassen bis der Reis gar und cremig, aber noch bissfest ist.

Den Ziegenkäse unterziehen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Parmesan fein reiben. Den Rucola waschen und trocken schleudern und ebenfalls fein schneiden. Den Rucola zusammen mit dem Pesto unter das Risotto mengen und anrichten.