



| Die Küchenschlacht – Überraschungsmenü vom 03. Juli 2009 |

„Geschnetzeltes vom Rind mit grünen Bohnen“ von Johann Lafer

Zutaten für zwei Personen

200 g	Rinderfilet, küchenfertig
100 g	Bandnudeln
100 g	Grüne Bohnen
3	Schalotten
0,5 Bund	Schnittlauch
1 EL	Speisestärke
50 ml	Rinderfond
1 TL	Dijonsenf, grob
1 EL	Crème fraîche
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Nudeln in Salzwasser gar kochen.

Die Bohnen putzen, längs halbieren und fein schneiden. Anschließend für etwa zwei Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren, abgießen und in Eiswasser abschrecken.

Die Schalotten abziehen und in Spalten schneiden. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Gleichmäßig mit der Speisestärke bestäuben. Olivenöl in einem Wok erhitzen und die Streifen darin von allen Seiten anbraten, herausnehmen und beiseite stellen.

Den Fond, Senf und Crème fraîche in den Bratsatz geben und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Das Geschnetzelte wieder zugeben und kurz erhitzen.

Die Nudeln abgießen. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden.

Das Geschnetzelte zusammen mit den Bohnen auf Tellern anrichten. Mit Schnittlauch garnieren und servieren.



„Arme Ritter der Kokosnuss“ von Johann Lafer

Zutaten für zwei Personen

0,5	Hefezopf
1	Babyananas
1	Zitrone, unbehandelt
2	Eier
30 g	Butter
100 ml	Kokosmilch, ungesüßt
20 g	Zucker
1 EL	Kokosflocken
1 Prise	Zimt, gemahlen
2 EL	Puderzucker
1 Schote	Vanille
2 cl	Rum
	Minze, zur Garnitur

Zubereitung

Den Hefezopf in vier Scheiben schneiden. Die Eier aufschlagen und trennen. Die Eigelb mit der Kokosmilch in einer flachen Schale verquirlen und die Scheiben darin fünf Minuten einweichen lassen.

Butter in einer Pfanne erhitzen, die Scheiben darin von beiden Seiten goldgelb braten. Aus der Pfanne nehmen, abtropfen lassen und den Zucker mit den Kokosflocken und dem Zimtpulver vermengen. Die warmen Scheiben damit bestreuen.

Die Zitrone halbieren und pressen. Die Babyananas schälen, in Stücke schneiden und in einer Pfanne mit einem Esslöffel Puderzucker anschwitzen und leicht karamellisieren lassen. Die Vanilleschote längs aufritzen und das Mark herauskratzen und mit in die Pfanne geben. Rum und Zitronensaft zugeben und leicht köcheln lassen.

Die Armen Ritter auf Tellern anrichten, je eine Nocke Ananassalat dazugeben, mit dem übrigen Puderzucker bestäuben, mit frischer Minze garnieren und servieren.