



| Die Küchenschlacht - Hauptgänge und Desserts am 18. Juni 2009 |

„Gulasch „halb und halb“ an Bratkartoffeln“ von Martin Dücker

Zutaten für zwei Personen

1	Schweinefilet, à 200 g
1	Rinderfilet, à 200 g
200 g	Kartoffeln, festkochend
400 g	Zwiebeln
150 g	Bohnen, grün, frisch
100 g	Speck, durchwachsen, am Stück
200 ml	Sahne
200 ml	Weißwein, trocken
50 ml	Tomatenmark
5 ml	Zuckerulör
6 EL	Butterschmalz
2 EL	Butter
1 Bund	Petersilie, glatt
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Kartoffeln ungeschält 15 Minuten in kochendem Salzwasser kochen und abkühlen lassen.

Die beiden Filetsorten waschen, trocken tupfen, in drei Zentimeter große Stücke zerteilen und in zwei Esslöffeln Butterschmalz scharf anbraten. Die Zwiebeln abziehen und fein hacken. Die Hälfte davon zum Fleisch geben und ebenfalls anbraten. Anschließend das Ganze mit Weißwein ablöschen und einreduzieren lassen. Mit der Sahne auffüllen und erneut reduzieren. Zum Schluss Tomatenmark und Zuckerulör hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Kartoffeln in Scheiben schneiden und in dem restlichen Butterschmalz anbraten. Anschließend die restlichen Zwiebeln hinzugeben und anschwitzen.

Von den Bohnen die Enden abschneiden, in heißem Salzwasser blanchieren und anschließend in kaltem Wasser abschrecken. Den Speck würfeln und in der Butter bei mittlerer Hitze anbraten. Anschließend die Bohnen dazugeben und durch schwenken. Das Ganze mit Pfeffer abschmecken.

Das Gulasch mit den Bratkartoffeln und den Bohnen anrichten und servieren.



„Crêpe mit Vanilleeis“ von Martin Dücker

Zutaten für zwei Personen

100 g	Vanilleeis
50 g	Mehl
50 g	Milch
50 g	Blockschokolade
20 g	Puderzucker
20 g	Butter
50 ml	Sahne
20 ml	Bitterorangenlikör
2	Eier
1	Zitrone, unbehandelt
	Puderzucker zum Dekorieren

Zubereitung

Das Mehl und den Puderzucker in eine Schüssel sieben. Ein Ei trennen. Das Eigelb und ein ganzes Ei dazugeben und mit dem Handrührgerät zu einem Teig verquirlen. Die Milch, die Sahne und den Bitterorangenlikör nach und nach dazugeben. Die Schale der Zitrone abreiben und ebenfalls unter den Teig mischen.

Die Butter in einer Pfanne schmelzen und den Teig darin zu dünnen Crêpes schwenken.

Die Blockschokolade im Wasserbad erwärmen bis sie flüssig wird.

Die Crêpes auf Tellern auslegen, etwas Vanilleeis darauf platzieren, mit flüssiger Schokolade und Puderzucker dekoriert servieren.



„Lachsforellenfilet im Pergament“ von Myriam Krall

Zutaten für zwei Personen

2	Lachsforellenfilets, à 160 g, ohne Haut
2 Scheiben	Bauernbrot
150 g	Kirschtomaten
1	Zwiebel, rot
1	Zitrone, unbehandelt
2 Zehen	Knoblauch
2 EL	Kapernäpfel
2 EL	Butter
5 EL	Olivenöl
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Zwei Böden Pergamentpapier ausbreiten. Die Tomaten halbieren und den Stielansatz entfernen. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und klein hacken.

Die Lachsforellenfilets waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Jeweils ein Filet in die Mitte eines Pergamentpapiers legen, die Tomaten, die Zwiebel, den Knoblauch sowie die Kapernäpfel gleichmäßig darauf verteilen. Die Zitrone halbieren, auspressen und die Filets mit etwas Zitronensaft und jeweils einem Esslöffel Öl beträufeln. Nun das Pergamentpapier zu Päckchen zusammenfalten und die Enden mit Küchengarn verschließen. Das Ganze im Ofen für 20 Minuten garen.

Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Brotscheiben darin etwas anrösten.

Die Fischpäckchen aus dem Ofen nehmen, öffnen und im Pergament mit dem restlichen Olivenöl beträufelt auf Tellern servieren und das Brot seitlich dazu platzieren.



„Heidelbeereis mit Zitronen-Joghurt-Schaum“ von Myriam Krall

Zutaten für zwei Personen

150 g	Heidelbeeren, Tiefkühlware
100 g	Joghurt
50 g	Heidelbeeren, frisch, zum Garnieren
250 ml	Milch
2	Baiser
1	Zitrone, unbehandelt
3 EL	Puderzucker

Zubereitung

Die Zitrone abreiben, halbieren, auspressen und anschließend die Schale sowie den Saft der halben Zitrone mit dem Joghurt und einem Esslöffel Puderzucker cremig rühren.

Die Heidelbeeren mit einem Esslöffel Puderzucker in ein schmales, hohes Gefäß geben und so viel Milch dazugießen, dass die Beeren knapp bedeckt sind und mit dem Stabmixer fein pürieren. Anschließend die Massen für eine halbe Stunde in die Eismaschine geben.

Nun die Baiser zerbröseln und unter das Eis rühren.

Das Heidelbeereis in Gläsern verteilen und den Zitronen-Joghurt-Schaum darauf anrichten. Mit den frischen Heidelbeeren garnieren und mit dem restlichen Puderzucker bestäubt servieren



„Rotbarbe mit Zitronen-Kartoffelstampf“ von Dr. Thomas Neubourg

Zutaten für zwei Personen

4	Rotbarbenfilets, à 150 g, mit Haut
250 g	Kartoffeln, mehlig
125 ml	Milch
1	Zitrone, unbehandelt
2 EL	Olivenöl
2 EL	Pflanzenöl
1 Prise	Cayennepfeffer
1 Prise	Muskatnuss
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Für den Kartoffelstampf die Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser bissfest garen. Etwas Zitronenschale abreiben und die Zesten mit der Milch aufkochen lassen. Die Kartoffeln stampfen und mit der Milch verrühren. Den Stampf mit Salz, etwas Cayennepfeffer und einer Prise Muskatnuss abschmecken. Abschließend einen Esslöffel Olivenöl einrühren.

Die Rotbarbenfilets auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Hautseite in dem Pflanzenöl ungefähr zwei Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Danach wenden, die Pfanne vom Herd nehmen und den Fisch darin zu Ende garen. Anschließend die Filets auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Die Rothbarbenfilets mit dem Kartoffel-Zitronen-Stampf anrichten, mit dem restlichen Olivenöl beträufeln und servieren.



„Topfensoufflé mit Himbeerkompott“ von Dr. Thomas Neubourg

Zutaten für zwei Personen

200 g	Himbeeren
200 g	Magerquark
60 g	Zucker
60 g	Butter
3	Eier
1	Orange, unbehandelt
1	Limette, unbehandelt
2 EL	Himbeergeist
2 EL	Honig, flüssig
2 EL	Speisestärke
1 Schote	Vanille
1 Prise	Salz
	Butter zum Einfetten
	Zucker

Zubereitung

Den Backofen auf 220°C Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Die Souffléförmchen mit Butter einfetten und etwas Zucker austreuen.

Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Die Eier trennen, die Eigelb mit dem Quark, dem Vanillemark und der Speisestärke glatt rühren. Das Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen, nach und nach den Zucker einrieseln lassen. Den Eischnee vorsichtig unter die Quarkmasse heben und in die Förmchen füllen. Die Souffléförmchen in ein tiefes Backblech mit Wasser stellen und für 20 Minuten in den Ofen geben.

Für das Himbeerkompott die Orange und die Limette zehieren. Die Orange halbieren und den Saft auspressen. Den Honig in einem Topf karamellisieren, mit dem Orangensaft ablöschen und einreduzieren lassen. Anschließend die Orangen- und Limettenzesten, die Himbeeren und den Himbeergeist dazugeben, die Butter einrühren und aufkochen lassen.

Die Topfensoufflés auf Teller stürzen und mit dem Himbeerkompott anrichten und servieren.