



| Die Küchenschlacht - Lieblingsgericht vom 02. Juni 2009 |

„Zanderfilet in Safransauce mit Zuckermöhrrchen“ von Kathrin Müller-Lancé

Zutaten für zwei Personen

2	Zanderfilets, à 200 g
300 g	Babymöhren, mit Grün
125 g	Tagliatelle
80 ml	Hummerfond
100 ml	Sahne
300 ml	Wasser
1 EL	Weißwein, alkoholfrei
1	Limette, unbehandelt
40 g	Zucker
0,5	Brühwürfel
10 Fäden	Safran
2 Zweige	Petersilie, glatt
2 EL	Butter
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Tagliatelle in kochendem Salzwasser bissfest kochen.

Die Petersilie hacken. Die Zanderfilets waschen, trocken tupfen und von beiden Seiten in einer Pfanne in Olivenöl kurz anbraten. Mit 60 Millilitern Hummerfond ablöschen, die Petersilie darüber streuen und fertig garen lassen. Abschließend mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Limette halbieren und auspressen. 150 Milliliter Wasser in einem Topf erwärmen, die Safranfäden und den Brühwürfel dazugeben, 15 Minuten einweichen lassen und gelegentlich umrühren. Die Sahne, den Weißwein, den Limettensaft und den restlichen Hummerfond dazugeben. Die Sauce einmal kurz aufkochen lassen und mit Salz abschmecken.

Den Zucker in einem Topf karamellisieren lassen. Anschließend die Möhren dazugeben und sofort mit dem restlichen Wasser ablöschen. Das Ganze 20 Minuten köcheln lassen, bis die Möhren weich, aber trotzdem noch bissfest sind. Abschließend in der Butter schwenken.

Den Zander in Safransauce zusammen mit den Zuckermöhrrchen auf Tellern anrichten und servieren.



„Räuberteller“ von Arjun Büsing

Zutaten für zwei Personen

8	Bratwürstchen, klein
200 g	Sauerkraut, vorgekocht
500 g	Kartoffeln, festkochend
300 ml	Milch
50 g	Butter
150 ml	Ananassaft
1	Muskatnuss
2	Zwiebeln
2	Lorbeerblätter
5	Wacholderbeeren
0,5 Bund	Schnittlauch
1 EL	Agavendicksaft
1 EL	Olivenöl
2 EL	Pflanzenöl
	Kräutersalz, zum Abschmecken
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen, halbieren und in kochendem Salzwasser gar kochen.

Die Zwiebeln abziehen, klein schneiden und im Olivenöl bei mittlerer Hitze anbraten. Anschließend das Sauerkraut dazugeben und fünf Minuten schmoren. Das Ganze mit dem Ananassaft ablöschen, die Lorbeerblätter und die Wacholderbeeren hinzugeben und köcheln lassen.

Etwas Muskat reiben. Die Kartoffeln in einen Topf abgiessen, dabei einen Teil des Kochwassers auffangen. Nun die Milch und die Butter zu den Kartoffeln geben und das Ganze vorsichtig stampfen. Mit Kräutersalz und Muskat würzen und erneut stampfen.

Das Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Würstchen von allen Seiten darin braun braten.

Das Sauerkraut mit Salz, Pfeffer und dem Agavensaft verfeinern.

Den Schnittlauch fein schneiden.

Das Kartoffelpüree mit den Würstchen und dem Sauerkraut auf Tellern anrichten, das Püree mit dem Schnittlauch garniert servieren.



„Gemüserisotto mit gebratener Hühnerbrust“ von Beatrix Haupt

Zutaten für zwei Personen

2	Hähnchenbrustfilets, à 200 g
1	Paprika, rot
100 g	Erbsen
100 g	Karotten
200 g	Risottoreis
1 L	Gemüsefond
35 g	Butter, kalt
60 g	Parmesan, am Stück
3 Zweige	Petersilie, glatt
1 Bund	Frühlingszwiebeln
	Rapsöl, zum Anbraten
	Paprikapulver, süß
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Frühlingszwiebeln würfeln. Öl in einer hohen Pfanne erhitzen, die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten und den Reis dazugeben. Mit etwas Fond aufgießen und köcheln lassen.

Den Parmesan reiben. Die Karotten schälen und klein schneiden. Die Paprika halbieren, entkernen, von den Scheidewänden befreien und klein schneiden. Zuerst die Karotten mit in die Pfanne geben, dann die Paprika. Abschließend die Erbsen hinzufügen und immer wieder mit Fond aufgießen, bis der Risottoreis cremig ist. Die Pfanne von der Hitze nehmen, die Butter und den Parmesan unterrühren.

Die Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und in Scheiben schneiden. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen und in einer Pfanne in Öl von allen Seiten anbraten.

Die Petersilie abzupfen und klein schneiden. Das Gemüserisotto mit je einem Hähnchenbrustfilet auf Tellern anrichten und mit Petersilie garniert servieren.



„Blätterteig mit herzhafter Füllung und Gemüsepfanne“ von Henri Ressel

Zutaten für zwei Personen

4	Blätterteigblätter
2 Scheiben	Schinken, gekocht
1	Brokkoli
5	Champignons, braun
10	Kirschtomaten
100 g	Gouda
200 g	Frischkäse
1	Ei
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Den Blätterteig ausrollen und mit einem runden Glas ausstechen. Zwei Scheiben vom Gouda abschneiden. Die Schinken- und Käsescheiben in kleine Stücke schneiden. Zusammen mit dem Frischkäse verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. In die Mitte der Blätterteigformen die Füllung geben und die Taschen verschließen. Am Rand mit der Gabel andrücken.

Das Ei aufschlagen und verrühren. Mit der Eimasse die Taschen bestreichen, damit sie beim Backen goldgelb werden. Die Blätterteigtaschen für 20 Minuten im Ofen backen.

Den Brokkoli vom Strunk befreien und in Röschen zerteilen. Die Kirschtomaten vom Strunk befreien und halbieren. Die Champignons putzen und die Stiele abtrennen. Öl in einer Pfanne zerlassen und das Gemüse darin blanchieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Blätterteigtaschen zusammen mit der Gemüsepfanne auf Tellern anrichten und servieren.



„Spaghetti mit Mandel-Basilikum-Pesto, Kalbsfilet und Tomaten“ von Pia Storp

Zutaten für zwei Personen

2	Kalbsfilets, 4 cm dick
250 g	Spaghetti
300 g	Cherrytomaten
75 g	Mandeln, geschält
1 Zehe	Knoblauch
0,5 Bund	Basilikum
75 g	Parmesan
4 EL	Olivenöl
	Meersalz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Die Spaghetti in kochendem Salzwasser 'al dente' kochen.

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne in zwei Esslöffeln Öl scharf anbraten. Anschließend in den Backofen geben und weiter garen lassen.

Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett erwärmen, anschließend in der Moulinette zu Pulver zerkleinern und in eine Schüssel geben. Den Knoblauch abziehen und in der Moulinette zerkleinern. Das Basilikum abzupfen und ebenfalls zerkleinern. Beides mit den Mandeln vermischen. Den Parmesan reiben und hinzufügen. Das restliche Olivenöl unterheben und alles miteinander vermischen. Das Ganze mit Meersalz und Pfeffer abschmecken.

Die Cherrytomaten halbieren. Das Fleisch in Streifen schneiden. Die Spaghetti mit dem Mandel-Basilikum-Pesto auf Tellern anrichten und mit dem Fleisch und den Tomaten garniert servieren.



„Wiener Schnitzel mit Kartoffelhaltern und buntem Blattsalat“ von Philippe Jorgel

Zutaten für zwei Personen

2	Kalbsschnitzel, à 200 g, küchenfertig
2	Sardellen, eingelegt, in Öl
2	Kapern
1	Kartoffel
50 g	Radiccio
50 g	Feldsalat
50 g	Friséesalat
2	Eier
1	Zitrone, unbehandelt
3 EL	Dijonsenf
250 ml	Sahne
250 g	Semmelbrösel
250 g	Mehl
2 Zweige	Blattpetersilie
4 EL	Zucker
50 ml	Balsamicoessig, rot
50 ml	Olivenöl
	Pfeffer, schwarz, aus Mühle
	Salz
	Butterschmalz, zum Anbraten
	Öl, zum frittieren

Zubereitung

Öl in der Friteuse vorheizen.

Die Kartoffel schälen und in Scheiben schneiden. Anschließend frittieren.

Frischhaltefolie mit etwas Öl bestreichen. Die Schnitzel waschen, trocken tupfen, zwischen die Folie legen und dünn klopfen. Anschließend die Folie entfernen und die Schnitzel mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Eier aufschlagen, in einen tiefen Teller geben und die Sahne unterheben. Auf getrennten Tellern Mehl und Semmelbrösel verteilen. Die Schnitzel in dem Mehl wenden, danach mit beiden Seiten durchs Ei ziehen und abschließend in die Semmelbrösel drücken.

Butterschmalz in der Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin von beiden Seiten bei mittlerer Hitze etwa drei Minuten goldgelb anbraten. Abschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Die Zitrone in Scheiben schneiden. Die Schnitzel auf Tellern anrichten und mit den Zitronenscheiben, den Sardellen und den Kapern garnieren. Die Petersilie abzupfen und darüber geben.

Für das Dressing den Balsamico, den Dijonsenf, Salz, Pfeffer und den Zucker verrühren. Anschließend langsam das Olivenöl dazugeben. Den Salat neben die Schnitzel anrichten und mit dem Dressing beträufeln.