



| Die Küchenschlacht – Leibgericht vom 29. Juni 2009 |

„Rinderfilet in Portweinsauce mit Kartoffelpüree“ von Claus Schlemmer

Zutaten für zwei Personen

2	Rindermedaillons, à 225 g
500 g	Kartoffeln, festkochend
6	Schalotten
1 Zehe	Knoblauch
5 EL	Butter
1 TL	Mehl
75 ml	Portwein, rot
400 ml	Kalbsfond
1 TL	Demi Glace
2 EL	Sahne
300 ml	Olivenöl
	Erdnussöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 190 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in Salzwasser gar kochen.

Fünf Schalotten abziehen und in eine Pfanne geben. Einen Esslöffel Butter hinzugeben, mit Alufolie zudecken und in den Ofen geben bis die Schalotten weich und braun sind. Anschließend herausnehmen und warm stellen.

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und salzen und pfeffern. Das Erdnussöl stark erhitzen, einen Esslöffel Butter dazugeben und aufschäumen. Nun das Fleisch hineingeben und von allen Seiten anbraten. Das Ganze in eine Kasserolle geben und für zehn Minuten in den Ofen stellen.

Die übrige Schalotte abziehen und fein hacken. Das Fett aus der Pfanne gießen, einen weiteren Esslöffel Butter darin zerlassen und bei mittlerer Hitze die Schalotte anbraten. Mehl hinzugeben und das Ganze zwei Minuten schmoren lassen. Den Portwein dazugießen auf die Hälfte reduzieren lassen. Den Fond und Demi Glace zugeben und aufkochen lassen. Die Sauce durch ein Sieb geben, nochmals aufkochen lassen, vom Herd nehmen und die übrige Butter einrühren.

Die Filets aus dem Ofen nehmen und drei Minuten ruhen lassen. Die Kartoffeln abgießen und die Sahne hinzufügen und stampfen. Dann das Olivenöl im dünnen Strahl mit Hilfe des Mixers einarbeiten. Den Knoblauch abziehen, zerdrücken und dem Püree hinzufügen.

Die Rinderfilets mit der Portweinsauce und dem Kartoffelpüree anrichten und servieren.



„Hähnchenbrust im Speckmantel mit Pastasotto“ von Marianne Safa

Zutaten für zwei Personen

2	Hähnchenbrustfilets, à 150 g
200 g	Reisnudeln
10 Scheiben	Frühstücksspeck
50 g	Zwiebeln, rot
30 g	Parmesan
70 ml	Weißwein, trocken
400 ml	Geflügelfond
4 EL	Trüffelbutter
0,5 Bund	Petersilie, glatt
0,5 Bund	Schnittlauch
12	Salbeiblätter
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Hähnchen waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Jeweils drei Salbeiblätter auf eine Hähnchenbrust legen. Je fünf Scheiben Frühstücksspeck leicht überlappend nebeneinander auslegen, je eine Hähnchenbrust darauf setzen und das Ganze einrollen. Öl in einer Pfanne erhitzen, das Geflügel darin rundum anbraten und im Ofen auf mittlerer Schiene circa zehn Minuten fertig garen.

Für das Pastasotto die Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Olivenöl in einem Topf erhitzen und diese darin leicht andünsten. Die Reisnudeln unterrühren, mit Weißwein ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Hälfte des Geflügelfonds angießen und das Pastasotto unter ständigem Rühren bissfest garen. Den Parmesan reiben. Petersilie zupfen und zusammen mit dem Schnittlauch fein schneiden. Nun nach und nach den übrigen Fond hinzufügen. Abschließend mit der Trüffelbutter und dem Parmesan verfeinern.

Das Pastasotto zusammen mit den Hähnchenbrüsten im Speckmantel auf Tellern anrichten, mit Petersilie, Schnittlauch und dem übrigen Salbei garnieren und servieren.



„Hühnerfrikassee mit Würzreis“ von Marco Frahn

Zutaten für zwei Personen

2	Hühnerbrustfilets, küchenfertig
300 g	Landkornreis
75 g	Champignons, braun
75 g	Champignons, weiß
250 g	Spargel, grün
1	Karotte
1 Stange	Lauch
1 Knolle	Sellerie
1	Tomate
2	Zwiebeln
1	Zitrone, unbehandelt
1	Lorbeerblatt
2	Nelken
1 Schote	Chili
3 Zweige	Petersilie
20 ml	Weinessig (20%)
100 ml	Weißwein, halbtrocken
250 ml	Geflügelfond
100 ml	Sahne
150 g	Butter
40 g	Mehl
1 EL	Zucker
	Pflanzenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Reis in kochendem Salzwasser garen. Eine Zwiebel abziehen und mit den Nelken spicken und zusammen mit dem Lorbeerblatt dem Reis hinzufügen.

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in Öl in einer Pfanne beidseitig kurz anbraten. Den Spargel schälen, in Stücke schneiden und mit in die Pfanne geben. Das Ganze kurz anbraten. Anschließend mit dem Weißwein ablöschen und 15 Minuten köcheln lassen.

Den Lauch abziehen und in Ringe schneiden. Den Sellerie schälen und klein schneiden. Die Petersilie zupfen und fein hacken und die Karotte schälen und in Scheiben schneiden. Die Champignons putzen und fein schneiden. Die übrige Zwiebel abziehen und würfeln. Das Ganze in einer Pfanne in Öl anbraten. Die Hühnerbrust aus der anderen Pfanne nehmen. 100 Gramm Butter in einem Topf zerlassen und das Mehl hinzugeben. Das Ganze goldbraun andünsten. Danach den Fond aus der ersten Pfanne langsam dazugießen und die Pilze und Zwiebelwürfel hinzugeben. Die Sahne und den Fond hinzugeben und köcheln lassen.

Die Chilischote längs halbieren, entkernen und fein würfeln. Etwas Schale von der Zitrone reiben. Die Zitrone anschließend halbieren und pressen. Die Hühnerbrust nun schnetzeln und zurück in den Topf geben. Das Frikassee kurz aufkochen lassen und mit Essig, Zucker, Zitronensaft, Chili, Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Würzreis abgießen und mit der übrigen Butter vermengen. Die Tomate vom Strunk befreien und achteln.

Das Hühnerfrikassee zusammen mit dem Würzreis anrichten, mit den Tomatenscheiben dekorieren und servieren.



„Seezunge mit Paprikacreme“ von Marion Nagele

Zutaten für zwei Personen

3	Seezungenfilets
200 g	Basmatireis
1	Paprika, gelb
1 Stange	Sellerie
1 Zehe	Knoblauch
2	Schalotten
1	Zitrone, unbehandelt
2 EL	Butter
8 cl	Wermut
125 ml	Weißwein, trocken
125 ml	Sahne
65 ml	Hühnerfond
2 Zweige	Thymian
1	Gewürznelke
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, weiß, aus der Mühle

Zubereitung

Den Reis in siedendem Salzwasser gar kochen.

Den Fisch waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zitrone halbieren und pressen und etwas von dem Saft darüber träufeln. Die Filets halbieren und zu einem Krawattenknoten flechten.

Den Sellerie in Stücke schneiden. Die Paprika vom Strunk und den Scheidewänden befreien, entkernen und in Würfel schneiden. Die Schalotten abziehen und fein schneiden. Den Knoblauch ebenfalls abziehen und in Scheiben schneiden. Das Ganze in der Butter anschwitzen und mit Wermut und Weißwein ablöschen. Die Seezungenfilets hinzugeben und bei geringer Hitze zehn Minuten ziehen lassen. Abschließend den Fisch herausnehmen und warm stellen. Den Sud sieben.

Für die Paprikacreme nun die Sahne, den Fond, den übrigen Zitronensaft, Thymian, Gewürznelke und den Kochsud dazugeben und das Ganze fünf Minuten reduzieren. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nun fein pürieren und durch ein Sieb passieren. Den Reis abgießen.

Die Seezungenfilets auf den Tellern anrichten, die Paprikacreme und den Reis daneben geben und servieren.



„Rinderfilet mit Ingwer-Curry-Butter und Risotto Milanese“ von Stefan Katsipentaris

Zutaten für zwei Personen

2	Rinderfilets, à 300 g
250 g	Risottoreis
1	Zwiebel
100 g	Parmesan
1 Knolle	Ingwer
100 ml	Weißwein
250 ml	Geflügelfond
4 EL	Olivenöl
3 EL	Butterschmalz
120 g	Butter
5 g	Safranfäden
1 Zweig	Estragon
	Fleur de Sel
	Curry, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Die Filets waschen und trocken tupfen. Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen und die Filets darin beidseitig zwei Minuten braten. Anschließend für zehn Minuten in den Ofen geben.

Zehn Gramm Ingwer schälen und reiben. 60 Gramm Butter mit etwas Salz, Pfeffer, Curry und geriebenem Ingwer zu einer homogenen Masse vermengen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, mit Fleur de Sel und Pfeffer würzen und mit einem Teil der Buttermasse bestreichen.

Die Hälfte vom Safran mörsern. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel darin andünsten. Den Risottoreis hinzufügen und anschwitzen. Unter Rühren Weißwein und Geflügelfond hinzugeben. Diesen Vorgang wiederholen, bis das Risotto eine cremige Konsistenz erlangt hat. Mit Salz, Pfeffer und Safran würzen. Den Parmesan reiben und ebenfalls dem Risotto hinzufügen. Die restliche Butter einrühren, Estragon zupfen und die Blätter in das Risotto geben. Dabei einige Blätter für die Deko aufsparen. Die übrigen Safranfäden hinzufügen.

Auf Tellern einen Risottospiegel drapieren und darauf je ein Filet setzen. Mit dem übrigen Estragon garnieren und servieren.



„Schweinefilet mit Zimt und Pfannengemüse“ von Angela Möller

Zutaten für zwei Personen

1	Schweinefilet, pariert, à 400 g, küchenfertig
3	Kartoffeln, vorwiegend festkochend
1	Zucchini
10	Cocktailtomaten
1 Zehe	Knoblauch
100 ml	Gemüsefond
4 Stangen	Zimt
100 g	Mandelblättchen
1 Bund	Petersilie, glatt
	Zucker, zum Abschmecken
	Butter, zum Anbraten
	Olivensöl, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser vorkochen.

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in drei Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Jeweils zwei Scheiben auf eine Zimtstange speißen. Salzen und pfeffern.

Butter in einer Pfanne zerlassen und das Fleisch darin beidseitig drei Minuten anbraten. Eine weitere Pfanne mit Butter erhitzen und die Mandelblättchen darin bräunen und über die Filets geben.

Die Kartoffeln abgießen. Die Zucchini in Scheiben schneiden. Den Knoblauch abziehen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Anschließend beides in Butter anbraten. Gemüsefond und Kartoffelwürfel hinzugeben und fünf Minuten dünsten lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Die Tomaten vom Strunk befreien, halbieren und in der Pfanne schwenken. Die Petersilie zupfen und ebenfalls in die Pfanne geben. Das Ganze mit Olivenöl beträufeln.

Das Schweinefilet mit dem Pfannengemüse auf Tellern anrichten und servieren.