



## | Die Küchenschlacht – Hauptgang & Dessert vom 29. April 2009 |

### ***Kabeljaufilet mit Gemüsestreifen und Petersilienkartoffeln von Udo Prinz zu Löwenstein***

#### **Zutaten für zwei Personen**

400 g	Kabeljaufilet, ohne Haut
400 g	Kartoffeln, klein, festkochend
1 Knolle	Sellerie
1	Karotte
1 Stange	Lauch
100 ml	Weißwein
100 ml	Gemüsefond
100 ml	Sahne
0,5 Bund	Petersilie
1	Lorbeerblatt
1 EL	Butterschmalz
1 EL	Butter
1 Msp.	Speisestärke
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

#### **Zubereitung**

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen.

Die Karotte schälen, zunächst in Scheiben, dann in Streifen schneiden. Den Lauch putzen. Den Sellerie schälen und zusammen mit dem Lauch in Streifen schneiden. Die Gemüsestreifen in Butterschmalz anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und mit dem Fond aufgießen. Das Lorbeerblatt einlegen.

Die Sahne mit der Speisestärke glatt rühren und zum Gemüse geben. Mit Pfeffer und Salz würzen.

Das Kabeljaufilet waschen und trocken tupfen. Anschließend in zwei Tranchen schneiden, salzen und pfeffern und auf das Gemüse legen. Das Ganze bei geschlossenem Deckel etwa sieben Minuten ziehen lassen.

Die Petersilie fein hacken und in der Butter kurz anschwitzen. Die Kartoffeln abgießen und in der Petersilienbutter schwenken. Das Lorbeerblatt entfernen. Die Gemüsestreifen auf Teller geben und je eine Tranche vom Kabeljau darauf setzen. Die Petersilienkartoffeln dazu anrichten, die Sauce darüber geben und das Ganze servieren.

## **Salzburger Nockerln von Udo Prinz zu Löwenstein**

### **Zutaten für zwei Personen**

100 ml	Milch
5	Eier
40 g	Zucker
50 g	Puderzucker
20 g	Mehl, doppelgriffig
30 g	Butter
1 TL	Vanillezucker

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Eine Auflaufform mit der Butter ausstreichen und mit zehn Gramm Zucker ausstreuen. Die Eier trennen. Das Eiweiß steif schlagen, dabei den restlichen Zucker und den Vanillezucker einrieseln lassen.

Die Milch in einem Topf erhitzen. Die Eigelb mit dem Mehl vermischen und vorsichtig unter den Eiweißschnee heben. Die heiße Milch in die Form geben, aus der Schaummasse vier große Nocken abstecken und auf die heiße Milch setzen. Die Nocken etwa zwölf Minuten im Backofen ausbacken.

Die Nocken auf Tellern anrichten, mit Puderzucker bestreuen und servieren.



## ***Forelle Müllerin mit Röstkartoffeln und Knoblauch-Quark von Merlina Hot***

### **Zutaten für zwei Personen**

2	Forellen, küchenfertig
300 g	Kartoffeln, festkochend
250 g	Saure Sahne
250 g	Quark, 40%
1	Zitrone, unbehandelt
1	Zwiebel
2 EL	Mehl
3 Scheiben	Speck
1 Knolle	Knoblauch
0,5 Bund	Petersilie
	Butterschmalz, zum Anbraten
	Öl, zum Anbraten
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Salz

### **Zubereitung**

Die Kartoffeln in gesalzenem Wasser gar kochen.

Die Forellen waschen, trocken tupfen und mit Salz einreiben. Die Zitrone halbieren, auspressen und den Fisch damit beträufeln. Mit dem Mehl bestäuben und in Butterschmalz braten.

Sechs Zehen Knoblauch abziehen. Die Petersilie grob hacken und zusammen mit dem Knoblauch pürieren. Die saure Sahne, den Quark und das Knoblauch-Petersilien-Püree miteinander vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Kartoffeln pellen und reiben. Die Zwiebel abziehen und klein schneiden. Den Speck fein würfeln. Die Kartoffelmasse mit dem Speck und den Zwiebeln vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit einem Eisportionierer zu Kugeln formen. Die Kartoffelkugeln in Öl anschwitzen.

Jeweils eine Forelle auf Tellern geben, dazu die Kartoffelkugeln und den Knoblauch-Quark anrichten und das Ganze servieren.



## **Schoko-Crêpes mit exotischen Früchten von Merlina Hot**

### **Zutaten für zwei Personen**

300 ml	Milch
250 g	Erdbeeren, frisch
100 g	Mehl
40 g	Kakaopulver
2	Passionsfrüchte
1	Mango
1	Ei
100 g	Naturjoghurt
250 g	Mascarpone
100 g	Puderzucker
0,5 Bund	Minze
1 Prise	Salz
	Öl, zum Ausbacken

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Joghurt mit der Mascarpone und 80 Gramm Puderzucker in einer Schüssel glatt rühren. Die Erdbeeren vom Strunk befreien und vierteln. Ein paar Viertel für die Dekoration zur Seite legen. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein lösen und würfeln. Die Früchte mit der Mascarpone Mischung vermengen.

Das Mehl und das Kakaopulver in eine Schüssel sieben. Das Ei und eine Prise Salz hinzugeben und das Ganze vermischen. Nach und nach die Milch dazu geben und den Teig glatt rühren. Anschließend abdecken und etwa 20 Minuten ruhen lassen.

Öl in einer Crêpespfanne erhitzen und den Teig Portionsweise zu Crêpes ausbacken. Die fertigen Crêpes im Backofen warm stellen.

Die Passionsfrüchte halbieren. Etwas Minze zupfen. Die Mascarpone Mischung auf die Crêpes geben, diese einrollen, auf Tellern anrichten und mit dem restlichen Puderzucker bestäuben. Mit Erdbeeren, Passionsfrucht und Minze dekoriert servieren.



## **Lammfilet mit Porree-Aprikosen-Gemüse und Schinkenkartoffeln von Christoph Jakob**

### **Zutaten für zwei Personen**

2	Lammfilets, à 50 g
8	Drillinge
3	Orangen, unbehandelt
1 Stange	Porree
8 Scheiben	Serrano-Schinken
50 ml	Lammfond
70 g	Softaprikosen, getrocknet
25 g	Mandeln, ganz, geschält
2 Zweige	Rosmarin
1 Zehe	Knoblauch
50 g	Butter
3 EL	Olivenöl
	Pflanzenöl, zum Anbraten
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen zweiten Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln in gesalzenem Wasser gar kochen.

Den Porree putzen und in Zentimeter lange Stücke schneiden. Die Aprikosen halbieren. Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Die Lammfilets salzen, pfeffern und in Pflanzenöl etwa vier Minuten rundherum anbraten. Anschließend im 100 Grad vorgeheizten Backofen warm halten.

Die Orangen halbieren und auspressen. Den Porree und die Aprikosen im Bratsud andünsten und mit dem Lammfond und dem Orangensaft ablöschen. Die Mandeln dazugeben und das Ganze zugedeckt bei mittlerer Hitze fünf Minuten schmoren lassen.

Den Knoblauch abziehen. Die Kartoffeln abgießen, in je eine Schinkenscheibe einwickeln und in eine Grillpfanne mit drei Esslöffeln Olivenöl geben. Die Rosmarinzweige und den Knoblauch dazugeben. Die Pfanne in den zweiten Ofen geben und die Kartoffeln unter gelegentlichem Wenden etwa 20 Minuten bräunen.

Die Butter zum Gemüse geben und das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Lammfilets zusammen mit den Kartoffeln und dem Porree-Aprikosen-Gemüse anrichten und servieren.



## **Leche frita von Christoph Jakob**

### **Zutaten für zwei Personen**

250 ml	Milch
1	Zitrone, unbehandelt
1	Ei
1 Stange	Zimt
100 g	Mehl
100 g	Paniermehl
50 g	Zucker
4 EL	Maisstärke
0,5 Bund	Minze
	Maiskeimöl, zum Anbraten
	Puderzucker, zum Bestäuben

### **Zubereitung**

Die Maisstärke in 50 Millilitern Milch auflösen. Etwas Schale der Zitrone reiben. Die restliche Milch zusammen mit dem Zucker, der Zitronenschale und der Zimtstange kurz aufkochen. Anschließend die Zimtstange wieder entfernen. Die Milch-Maisstärke-Mischung unter ständigem Rühren unterrühren und nochmals aufkochen lassen.

Die Milch in eine Backform geben, dabei sollte die Milch etwa einen halben Zentimeter hoch in der Form stehen. Diese für etwa 15 Minuten ins Gefrierfach geben, bis die Milch gestockt ist.

Das Ei verquirlen. Die Masse aus dem Gefrierfach nehmen und in kleine Würfelchen schneiden. Diese zuerst in Mehl wenden, dann durchs Ei ziehen und abschließend im Paniermehl wenden. Die Würfel in Maiskeimöl goldbraun frittieren. Auf einem Küchentuch abtropfen lassen, auf Tellern anrichten und mit dem Puderzucker bestäuben. Mit der Minze dekoriert servieren.



## ***Hühnerbrüstchen in Sherry mit Polenta von Heide Schreiber***

### **Zutaten für zwei Portionen**

400 g	Hühnerbrustfilet
100 g	Polenta, instant
150 g	Crème fraîche
500 ml	Milch
4 EL	Olivenöl
250 ml	Sherry Fino, trocken
125 ml	Geflügelfond
2 Zehen	Knoblauch
2 Zweige	Thymian
1	Muskatnuss
10	Oliven, mit Paprika gefüllt
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Olivenöl, zum Anbraten
	Mehl, zum Wenden

### **Zubereitung**

Das Hühnerbrustfilet waschen, trocken tupfen, in etwa drei Zentimeter große Stücke schneiden und in Mehl wenden.

Olivenöl erhitzen und die Hühnerbruststücke bei starker Hitze kurz von allen Seiten anbraten, salzen, pfeffern und herausnehmen.

Etwas Muskatnuss reiben. Milch zum Kochen bringen und die Crème fraîche einrühren. Die Polenta langsam einrieseln lassen, Muskat und vier Esslöffel Olivenöl zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Ganze kochen lassen, bis die Polenta eine sämige Konsistenz erhält.

Den Bratsud mit Sherry loskochen und den Geflügelfond angießen. Die Thymianzweige hinzufügen und die Sauce um etwa ein Drittel einkochen. Die Hühnerbruststücke in der Sauce bei schwacher Hitze etwa zehn Minuten ziehen lassen.

Den Knoblauch abziehen und klein hacken. Die Oliven in Scheiben schneiden und zusammen mit dem Knoblauch nach fünf Minuten dazugeben.

Die Hühnerbrüstchen in Sherry mit Polenta auf Tellern anrichten.



### ***Himbeer-Avocado-Quark von Heide Schreiber***

#### **Zutaten für zwei Personen**

250 g	Quark, 40 %
1	Avocado
2	Limetten, unbehandelt
1 EL	Crème fraîche
1 EL	Zucker
1 Schote	Vanille
150 g	Himbeeren, frisch
2 EL	Himbeersirup
2 cl	Himbeergeist
1 Zweig	Zitronenmelisse
1 EL	Pistazienkerne

#### **Zubereitung**

Die Limetten halbieren und auspressen. Die Avocado halbieren, den Kern entfernen, das Fruchtfleisch herauslösen und klein schneiden. Anschließend mit zwei Esslöffeln Limettensaft pürieren.

Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Den Quark mit der Crème fraîche, dem Zucker und dem Vanillemark vermischen. Die Creme in hohe Dessertgläser füllen, anschließend Himbeeren und Sirup darüber geben. Diesen Vorgang einmal wiederholen.

Die Pistazienkerne hacken. Den restlichen Sirup mit dem Himbeergeist und dem restlichen Limettensaft vermischen und zum Schluss über die Crème geben. Mit Pistazien und Zitronenmelisse garniert servieren.