



| Die Küchenschlacht - Hauptgerichte vom 01. April 2009 |

Hauptgericht: „Loup de Mer mit Risotto“ von Thomas Bolldorf

Zutaten für zwei Personen

800 g	Loup de Mer, mit Haut
1	Zitrone, unbehandelt
200 g	Steinpilze, frisch
250 g	Risottoreis
2	Orangen, unbehandelt
1	Zucchini
1	Paprika, rot
3	Schalotten
1 Zehe	Knoblauch
250 ml	Gemüsefond
250 ml	Weißwein
0,5 Bund	Zitronenmelisse
250 g	„Thaibackmischung“ (aus dem Asiashop, Hauptbestandteil Reismehl!)
0,5 Bund	Thai Basilikum
6 cl	französischer Wermut
50 g	Butter
	Butter, zum Anbraten
	Currypulver, zum Abschmecken
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Für das Risotto die Schalotten und den Knoblauch abziehen. Beides fein schneiden und in einem Topf in Olivenöl glasig dünsten. Den Reis dazugeben und kurz anbraten. Dann die Brühe hinzufügen und bei geringer Hitze garen lassen. Unter Rühren den Weißwein untermengen.

Die Steinpilze kurz in einer Pfanne in Butter anschwanken. Das Risotto mit etwas Curry, Salz und Pfeffer würzen. Die Zitronenmelisse hacken und zusammen mit den Steinpilzen in das Risotto geben.

Die Zucchini schälen und in Scheiben schneiden. Die Paprika halbieren, entkernen, von den Scheidewänden befreien und würfeln. Das Ganze in einer Pfanne in Olivenöl anschwitzen und mit dem Wermut ablöschen. Ein Stück Butter dazugeben. Die Orangen schälen und filetieren und anschließend ebenfalls hinzufügen.

Den Fisch waschen und trocken tupfen. Die Zitrone halbieren, pressen und den Fisch mit dem Saft, Salz und Pfeffer würzen. Den Fisch mit kleinen Schnitten versehen und mit dem Thai Basilikum spicken. Anschließend in der Thaibackmischung wenden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Fisch beginnend auf der Hautseite knusprig braten.

In die Mitte der Teller jeweils einen Saucenspiegel geben und das Risotto darauf setzen. Den Fisch daneben drapieren, das Gemüse mit den Orangenfilets dazu geben und servieren.



Hauptgericht: „Seeteufel im Speckmantel mit Spargel und Zitronenmayonnaise“ von Eva Borowski

Zutaten für zwei Personen

1	Seeteufelfilet, à 300 g, enthäutet und entgrätet
10 Stangen	Spargel, grün
3	Kartoffeln, mehligkochend
1	Karotte
8 Scheiben	Räucherspeck, durchwachsen
1	Zitrone, unbehandelt
2 EL	Mayonnaise
2 EL	Butter
2 Zweige	Rosmarin
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln und die Karotte schälen und beides in Salzwasser gar kochen.

Den Spargel im unteren Drittel schälen und in kochendem Salzwasser gar kochen.

Rosmarin zupfen und fein hacken. Etwas Schale von der Zitrone fein abreiben. Die Fischfilets waschen und trocken tupfen. Anschließend mit Rosmarin, Zitronenschale und Pfeffer würzen.

Je vier Speckscheiben überlappend nebeneinander legen und mit dem Messer platt drücken. Jeweils ein Filet darauf legen und einwickeln.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Seeteufel im Speckmantel darin anbraten. Anschließend für zehn Minuten im Ofen fertig garen.

Die Kartoffeln und die Karotte klein schneiden und zu einem Püree stampfen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Butter vermengen.

Die Zitrone halbieren und pressen. Den Saft mit der Mayonnaise vermengen und mit Pfeffer abschmecken. Den Spargel abgießen.

Den Fisch auf Tellern anrichten, den Spargel und das Püree dazugeben, die Mayonnaise dazu reichen und servieren.



Hauptgericht: „In Barolo pochiertes Rinderfilet mit Petersilienwurzelpüree“ von Silvia Schael

Zutaten für zwei Personen

300 g	Rinderfilet
200 g	Petersilienwurzeln
4	Schalotten
75 ml	Portwein, rot
200 ml	Barolo
50 ml	Madeira
1 Zweig	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
1	Lorbeerblatt
1 TL	Pfefferkörner, schwarz
2	Gewürznelken
90 g	Butter, kalt
1 Bund	Petersilie, glatt
1	Muskatnuss
1 EL	Rapsöl
1 EL	Zucker
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Die Petersilienwurzeln schälen und würfeln. Im kochenden Wasser weich garen

Die Schalotten abziehen und halbieren. Öl in einem Topf erhitzen und die Schalotten darin anbraten. Mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Anschließend mit Portwein ablöschen. Die Pfefferkörner zerstoßen. Den Rotwein, den Madeira, Thymian, Rosmarin, das Lorbeerblatt, die Pfefferkörner und die Gewürznelken hinzufügen, aufkochen und die Hitze anschließend reduzieren.

Das Filet waschen, trocken tupfen und in den siedenden Sud legen. Das Ganze 25 Minuten zugedeckt pochieren lassen. Das Fleisch gelegentlich wenden und darauf achten, dass der Sud nicht zu kochen beginnt.

Die Petersilie zupfen und hacken. Die Petersilienwurzeln abgießen, mit der Petersilie und 40 Gramm Butter fein pürieren. Etwas Muskat reiben. Das Püree mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Fleisch aus dem Sud nehmen und in Alufolie im Ofen warm halten. Den Sud durch ein Sieb passieren und auf 150 Milliliter einköcheln lassen. Die Stärke mit etwas kaltem Wasser anrühren und die Sauce damit leicht binden. Nach und nach die restliche Butter untermischen, die Schalotten hinzufügen und salzen und pfeffern.

Das Fleisch in Tranchen schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sauce darüber träufeln, das Püree daneben geben und servieren.



Hauptgericht: „Fleischpflanzerl mit Steinpilzsauce und Kümmelkartoffeln“ von Henriette Gnerlich

Zutaten für zwei Personen

400 g	Gemischtes Hackfleisch
75 g	Steinpilze, getrocknet
2	Kartoffeln, festkochend
1	Brötchen vom Vortag
1	Zwiebel
1	Ei
1	Salatgurke
50 g	Schalotten
3 EL	Semmelbrösel
125 ml	Rotwein
300 g	Crème fraîche
2 Bund	Dill
1 EL	Kreuzkümmel
1	Muskatnuss
	Olivenöl, zum Anbraten
	Butter, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Steinpilze in lauwarmem Wasser einweichen. Das Brötchen in kaltem Wasser einweichen.

Das Brötchen in Brösel zerkleinern. Etwas Muskat reiben. Die Gurke schälen, vierteln, entkernen und klein würfeln. Die Schalotten abziehen und fein hacken. Die Zwiebel ebenfalls abziehen und fein würfeln. Aus dem Hackfleisch, dem Ei, dem Brötchen und der Zwiebel eine Masse kneten. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Frikadellen abschließend in den Semmelbrösel panieren.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Frikadellen darin goldbraun braten. In dem Bratfett anschließend die Schalotten bräunen. Die Steinpilze samt Flüssigkeit dazugeben, den Rotwein ebenfalls und bei mittlerer Hitze zugedeckt acht Minuten einkochen lassen. Die Crème fraîche hinzufügen und nochmals fünf Minuten einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Kartoffeln schälen und sehr fein würfeln, in einer Pfanne mit Öl anbraten und mit Salz und Kreuzkümmel würzen. Geschlossen zehn Minuten weiter braten lassen.

In einer weiteren Pfanne die Gurkenwürfel in Butter und Öl glasig dünsten. Den Dill hacken. Einige Gurken beiseite legen und zu der Pilzsauce geben. Den Dill ebenfalls hinzufügen.

Die Fleischpflanzerl auf Teller geben, mit der Sauce beträufeln, Gurken, Schalotten und Steinpilze daneben platzieren und servieren.