

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 05. Juni 2023** ▪  
**Leibgericht mit Cornelia Poletto**



**Niklas Betken**

**Auberginen-Involtini mit Tonkabohnen-Peperonata und Rosmarinkartoffeln**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Auberginen-Involtini:**

- 1 große Aubergine
- 25 g Ciabatta
- 1 Knoblauchzehe
- 125 g Ziegenfrischkäse
- 25 g Sultaninen
- 20 g Pinienkerne
- 2 EL Portwein
- 2 TL Honig
- 3 TL Pankomehl
- 3 Zweige Thymian
- 1 Prise Korianderpulver
- 1 Prise Café de Paris-Gewürz
- 5 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 210 Grad Umluft vorheizen.

Auberginen waschen und der Länge nach in dünne Scheiben schneiden. Danach die Scheiben in heißem Olivenöl mit zwei Thymianzweigen und der abgezogenen Knoblauchzehe braten, bis sie goldbraun sind.

Auberginenscheiben auf Küchenpapier abtropfen lassen und vorsichtig mit Salz und Pfeffer würzen.

Sultaninen in dem Portwein kurz aufkochen lassen und in eine Schüssel geben. Pinienkerne ohne Fett anrösten und in die Schüssel dazugeben.

Ciabatta würfeln, in etwas Olivenöl knusprig braten und dazugeben.

Thymianblättchen vom übrigen Zweig abzupfen und mit Ziegenkäse ebenfalls hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer, Korianderpulver und Café de Paris würzen. Alles gut verrühren.

Jeweils einen Teelöffel der Füllung auf eine Auberginenscheibe geben und vorsichtig einrollen. Mit der Öffnung nach unten in eine Auflaufform geben. Panko und übriges Olivenöl vermischen und die Röllchen mit etwas Honig bestreichen. Danach Panko darauf verteilen. Auflaufform auf der mittleren Schiene in den Ofen geben und die Röllchen etwa 5 Minuten überbacken.

**Für die Tonkabohnen-Peperonata:**

- 1 rote Paprika
- 1 kleine Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- ½ Orange, davon Abrieb
- 150 ml Gemüsefond
- 50 ml trockener Weißwein
- 1 Tonkabohne
- 1 Msp. getrocknetes Chilipulver
- 1 TL Zucker
- 1 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen, würfeln und mit Olivenöl und Zucker in einem Topf karamellisieren. Paprika entkernen und in grobe Würfel schneiden.

Knoblauch abziehen, in feine Würfel schneiden und mit der Paprika zu den Zwiebeln geben. Etwa 3 Minuten anrösten, mit Weißwein ablöschen und etwas einkochen lassen. Eine kleine Prise Tonkabohne in den Topf

reiben und den Gemüsefond angießen. 10 Minuten einkochen lassen. 1 TL abgezogene Orangenzesten mit Chilipulver, Salz und Pfeffer

hinzufügen. Topf vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.

Anschließend mit einem Mixstab pürieren und nochmals abschmecken.

**Für die Rosmarinkartoffeln:**

- 400 g Drillinge
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 Prise rosenscharfes Paprikapulver
- ½ TL Fenchelsamen
- 1 EL Olivenöl
- Fleur de Sel, zum Würzen
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln waschen und abtrocknen. Halbieren und in eine Schüssel geben. 1 EL Olivenöl hinzufügen. Knoblauch auspressen und mit den Gewürzen hinzugeben. Fenchelsamen mörsern und ebenfalls in die Schüssel füllen. Rosmarinnadeln grob hacken und alles mit den Kartoffeln mischen.

Drillinge auf dem Backpapier verteilen und anschließend etwa 25-30 Minuten in den Ofen zu den Involtni geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Aniko Reusche**

## **Rinderfilet mit Balsamico-Zwiebelsauce, Rosmarin-Knoblauch-Butter und Polenta**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Rinderfilet:**

300 g Rinderfilet  
2 Zweige Thymian  
1 EL Sonnenblumenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz von beiden Seiten in Öl mit Thymian anbraten. Danach im Ofen ca. 10 Minuten garen.

### **Für die Balsamico-Zwiebelsauce:**

1 große rote Zwiebel  
50 ml dunkler Balsamicoessig  
200 ml trockener Rotwein  
50 g kalte Butter  
1 EL Mehl  
1 EL Sonnenblumenöl  
1 EL Zucker  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen, in grobe Streifen schneiden und in einem Topf mit Öl und Zucker karamellisieren. Mit Rotwein ablöschen und Essig nach und nach hinzufügen.

Kalte Butter in Mehl wenden und unter die Sauce rühren. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

### **Für die Rosmarin-Knoblauch-Butter:**

40 g weiche Butter  
1 Knoblauchzehe  
1 Zweig Rosmarin  
2 EL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und auspressen. Butter und Olivenöl erwärmen, den Knoblauch hinzufügen. Rosmarin fein hacken und zur Buttermischung geben. Mit Salz abschmecken.

### **Für die Polenta:**

150 g Maisgrieß (Instant-Polenta)  
30 g Parmesan  
40 g Butter  
250 ml Kalbsfond  
2 EL Olivenöl  
Muskatnuss, zum Reiben  
Salz, aus der Mühle

Kalbsfond und 200 ml Wasser aufkochen und salzen. Maisgrieß unter Rühren hineingeben und 10 Minuten kochen, danach 20 Minuten quellen lassen.

Parmesan reiben und unterrühren, mit Butter und Olivenöl zu einem glatten Brei verrühren. Mit einer Prise Muskat abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Felix Schwotzer

## Niedrigtemperatur gegarter Kabeljau mit Beurre blanc, gebratenem Fenchel, Estragon-Öl und Pancetta-Chip

Zutaten für zwei Personen

### Für den Kabeljau:

400 g Kabeljau ohne Haut  
1 Schalotte  
½ Zitrone,  
1 Flocke Butter  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 120 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

Kabeljau waschen und trockentupfen. Zitrone in Spalten schneiden.

Schalotte abziehen und klein schneiden.

Fisch mit einer Zitronenspalte, Butter, Salz, Pfeffer und Schalotte in eine Auflaufform geben und mit einem Deckel bedecken. Kabeljau ca. 20 Minuten im Ofen gar ziehen lassen.



**PROFITIPP**

Leider ist der **Kabeljau** momentan nicht bedenkenlos zu genießen, da er stark überfischt ist und weiterhin zu intensiv konsumiert wird. Laut WWF wird der Kabeljau nur als zweite Wahl aus folgenden Gebieten empfohlen: Nordostatlantik FAO 27: Barentssee (I), Norwegische See (II) (Küstennahe Fischerei, Stellnetze, Langleinen) oder Nordostatlantik FAO 27: Belte und Sunde (IIIb & IIIc), Westlich von Bornholm (IIId.24), Zentrale Nordsee (IVb) (Stellnetze).

(Stand: Mai 2023)

### Für den Fenchel:

1 Fenchel  
1 Schalotte  
100 ml Anis-Schnaps  
1 Zweig Thymian  
Neutrales Öl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle

Fenchel in Scheiben schneiden. Schalotte abziehen und klein schneiden.

Fenchel mit Thymian und Schalotte in einer Pfanne in Öl anbraten. Mit Salz würzen und mit Anis-Schnaps ablöschen.

### Für die Beurre Blanc:

1 Schalotte  
½ halbe Zitrone, davon Saft  
80 g eiskalte Butter  
80 ml Weißwein  
40 ml Fischfond  
Salz, aus der Mühle  
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen, kleinschneiden und mit 10 g Butter in der Pfanne anschwitzen. Mit Fischfond und Weißwein ablöschen und einkochen.

Durch ein feines Sieb geben, danach wieder aufkochen und reduzieren. Mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken und restliche kalte Butter mit dem Stabmixer unterrühren. Die Sauce sollte dann nicht mehr kochen.

### Für das Estragon-Öl:

100-150 ml Traubenkernöl  
2 Zweige Estragon

Öl im Topf auf 80 Grad erhitzen. Abgezupfte Estragonblätter zugeben.

Mit dem Stabmixer mixen. Durch ein feines Sieb in eine kleine Flasche gießen und auf den Teller zum Schluss träufeln

### Für den Pancetta-Chip:

100 g Pancetta

Pancetta in einer Pfanne kross anbraten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Yvonne Hölzel

## Spinat-Tortellini mit Ricotta-Füllung und Limettensauce

Zutaten für zwei Personen

### Für den Nudelteig:

70 g Spinat  
200 g Semola di grano duro  
2 Eier, zimmerwarm  
1/5 EL Olivenöl  
1 Prise Salz

Den Spinat putzen und die dicken Stielenden abzupfen. Spinatblätter in reichlich kaltem Wasser waschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Spinat anschließend in reichlich kochendem Salzwasser 2 Minuten blanchieren, bis der Spinat in sich zusammenfällt. Dann den Spinat durch ein Sieb abseihen und sofort in Eiswasser abschrecken, damit er seine satte grüne Farbe behält. Spinat fein pürieren.

Semola mit Eiern, Olivenöl, Salz und dem pürierten Spinat zu einem festen, aber geschmeidigen Nudelteig verkneten. Unter einer Schüssel ruhen lassen.

### Für die Füllung:

150 g Ricotta  
50 g Parmesan  
1 Ei  
4 Zweige Petersilie  
1 Zweig Basilikum  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Petersilie und Basilikum abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Ei trennen und das Eigelb auffangen. Eiweiß anderweitig verarbeiten. Parmesan reiben.

Ricotta und Eigelb gut vermischen. Parmesan und etwa 2,5 Esslöffel gehackte Petersilie und etwas gehackten Basilikum dazugeben, gut verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### Für die Fertigstellung der Tortellini:

Semola, zum Ausrollen + Bestreuen  
1 Ei  
Salz, aus der Mühle

Nudelteig mithilfe einer Nudelmaschine portionsweise auf einer bemehlten Fläche ca. 3 mm dick ausrollen. Ei trennen und den Teig vorsichtig mit Eiweiß einpinseln. Füllung in einen Spritzbeutel füllen und mit ausreichend Abstand zueinander auf den Teigbahnen verteilen. Teigbahnen zusammenklappen und rund ausstechen, sodass Halbmonde entstehen. Anschließend die Spitzen der Halbmonde zusammendrücken und zu Tortellini formen.

Tortellini mit etwas Semola bestreuen, damit sie nicht zusammenkleben. Je nach Dicke ca. 4 Minuten in gesalzenem Wasser garen.

### Für die Sauce:

1 Limette, davon Saft & Abrieb  
10 g Butter  
50 ml + 1 EL Sahne  
1/2 EL Crème fraîche  
50 ml Weißwein  
100 ml Gemüsefond  
Zucker, zum Abschmecken  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schale einer halben Limette abreiben und mit dem Weißwein aufkochen lassen. Alles um 2/3 reduzieren. Schale der zweiten Limettenhälfte abreiben und für den späteren Gebrauch aufbewahren.

Gemüsefond, 50 ml Sahne und Crème fraîche aufkochen lassen und um 1/3 einkochen. Limetten-Weißwein-Reduktion dazugeben, alles einmal aufkochen lassen und passieren.

Saft der Limette auspressen. Sauce mit Limettensaft, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die fein abgeriebene Schale der zweiten Limettenhälfte nun in die Sauce geben und mit der Butter aufmixen. 1 Esslöffel Sahne schlagen und unter die Sauce ziehen.

**Für die Garnitur:** Limette abreiben und Parmesan reiben. Pasta mit Limettenabrieb,  
1 Limette, davon Abrieb Parmesan, Spinat und Basilikum garnieren.  
Spinatblätter, zum Garnieren  
Basilikumblätter, zum Garnieren  
10 g Parmesan

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Spinat, Basilikum Parmesan und  
Limeettenabrieb garnieren und servieren.



**Philipp Hahn**

## **Lammrücken mit Chimichurri, Blumenkohlpuree und Rösti**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Blumenkohlpuree:**

1 Blumenkohl  
1 EL Crème fraîche  
1 TL Currypulver  
1 Prise Cayennepfeffer  
1 Prise mildes Chilipulver  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 50 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Blumenkohl in Röschen schneiden, waschen und noch einmal vierteln. Leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen und Blumenkohl darin 20 Minuten kochen, bis er weich ist.

Den gekochten Blumenkohl in ein hohes Gefäß geben und mit Curry, Chili und Cayennepfeffer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und Crème fraîche unterrühren.

### **Für das Chimichurri:**

1 Bund Petersilie  
1 Bund Basilikum  
1 Schalotte  
2 Knoblauchzehen  
½ rote Chilischote  
½ Limette, davon Saft  
50 ml Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Kräuter waschen und den groben Teil der Stiele entfernen. Den Rest mit dem Messer fein hacken. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken. Chili fein hacken und mit Schalotte, Knoblauch und Kräutern vermischen. Die Kräutermischung im Mörser leicht zerstoßen, es soll hier aber keine flüssige Masse entstehen. Olivenöl unterrühren und mit aufgepresstem Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Für den Rösti:**

400 g festkochende Kartoffeln  
Pflanzenöl, zum Braten  
Muskatnuss, zum Reiben  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln waschen, schälen und mit einer groben Vierkantreibe reiben. Kartoffelmasse in ein sauberes Geschirrtuch legen und auspressen, um die überschüssige Flüssigkeit aus den Kartoffeln zu pressen. Mit Muskat und Salz und Pfeffer würzen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelmasse zu einem Rösti darin von beiden Seiten goldbraun ausbacken.

### **Für das Lamm:**

2 Lammlachse, à 175 g  
2 Knoblauchzehen  
1 EL Butter  
Pflanzenöl, zum Braten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Pfanne oder Grillpfanne erhitzen und Lamm darin je zwei Minuten von jeder Seite scharf anbraten, anschließend die Hitze reduzieren und Butter und Knoblauch hinzugeben. Das Lamm für eine Minute damit aromatisieren und bis zu einer Kerntemperatur von 54 Grad ziehen lassen. Das Lamm für 3 bis 5 Minuten im Backofen bei 50 Grad ruhen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laura Krafft

## Butter Chicken mit Basmati und Raita

Zutaten für zwei Personen

### Für das Butter Chicken:

- 2 Hähnchenfilets, à 150 g
- 2 Knoblauchzehen
- 2 cm Ingwer
- 2 Limetten, davon Saft
- 250 g passierte Tomaten
- 3 EL griechischer Joghurt
- 125 ml Sahne
- 50 g Butter
- 5 Blätter getrocknete Minze
- 5 Blätter Bockshornklee
- 3 Kardamomkapseln
- 1 Zimtstange
- 2 EL rotes Kashmiri-Chilipulver
- 2 TL süßes Paprikapulver
- 2 TL Garam Masala
- 1 EL Zucker
- 1 TL Meersalz
- 1 EL neutrales Öl
- Salz, aus der Mühle

### Für die Raita:

- 3 EL griechischer Joghurt
- ½ Gurke
- ½ Limette, davon Saft & Abrieb
- 1 TL Kreuzkümmel
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### Für den Basmati:

- 100 g Long Basmati
- 50 g Butter
- Salz, aus der Mühle

### Für die Garnitur:

- ½ Bund Koriander
- 20 g Cashewkerne

Die Limetten halbieren und auspressen. Hähnchen klein schneiden und mit Limettensaft, 1 TL Chilipulver, 1 TL Paprikapulver und Salz gut vermischen. Ingwer schälen und fein reiben. Knoblauch abziehen und fein reiben. Joghurt mit der Hälfte vom Ingwer und der Hälfte vom Knoblauch sowie Garam Masala und Öl zum Hähnchen hinzufügen und alles gut vermischen. Eine Pfanne erhitzen und Hähnchenstücke 3-4 Minuten garen, bis es anfängt zu verkohlen. Das Hähnchen umdrehen und weitere 3-4 Minuten garen, bis es an den Rändern zu verkohlen und zu brennen beginnt. Das Hähnchen muss nicht ganz durchgebraten werden, da es später in der Sauce fertig gart.

Kardamom andrücken. Butter in einer tiefen Pfanne bei mittlerer bis hoher Hitze schmelzen. Sobald die Butter schäumt, Kardamom und Zimt hinzugeben. Eine Minute lang kochen, bis sie duften. Restlichen Ingwer und Knoblauch hinzugeben. Eine weitere Minute kochen. Passierte Tomaten, restliches rotes Chilipulver und Paprikapulver, Zucker und Salz hinzugeben. 10 Minuten köcheln lassen, dabei ab und zu umrühren. Hähnchen in die Sauce geben. Weitere 10 Minuten köcheln lassen und Sahne unterrühren. Mit Minze und Bockshornklee nach Belieben würzen.

Gurke fein würfeln und mit Joghurt, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer vermengen. Mit abgeriebener Limettenschale und ausgepresstem Limettensaft abschmecken.

Einen Topf mit ausreichend Wasser für den Reis erhitzen und Reis darin 7-8 Minuten köcheln lassen. Unter kaltem Wasser abschrecken und wieder in den Topf geben. Mit Butter und Salz abschmecken und gar dämpfen lassen.

Cashewkerne in einer Pfanne ohne Öl rösten. Koriander hacken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.