

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 03. September 2019 ▪  
**Vorspeise mit Mario Kotaska**



Jörg Dippold

**„Surf & Turf 2.0“: Rindertatar, Tempura-Garnele und Sesam-Mayonnaise**

Zutaten für zwei Personen

**Für das Rindertatar:**  
 300 g Rinderfilet  
 2 Schalotten  
 1 Gewürzgurke  
 1 Zitrone  
 4 EL Olivenöl  
 1 EL Worcestershiresauce  
 ½ TL Paprikapulver  
 1 Prise Zucker  
 1 Prise Cayennepfeffer  
 Salz, aus der Mühle

Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden. Mit Salz, Zucker und Paprika würzen und kühl stellen. Schalotten abziehen, fein hacken und mit heißen Wasser leicht überbrühen. Gewürzgurke fein hacken. Fleisch mit Schalotten- und Gurkenstücken vermischen. Zitrone halbieren und auspressen. Tatar mit Zitronensaft, Worcestershiresauce und Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Olivenöl hinzugeben und vorsichtig verrühren.

**Für die Tempura-Garnele:**  
 4 küchenfertige Riesengarnelen  
 125 g Mehl  
 125 g Speisestärke  
 ¼ TL Backpulver  
 200 g Butterschmalz  
 250 ml Mineralwasser  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Garnelen putzen, salzen und pfeffern. Mehl, Speisestärke, Backpulver, eine Prise Meersalz und Mineralwasser zu einem zähflüssigen Teig verrühren. Dabei das Mineralwasser nach und nach zugeben. Garnelen durch den Teig ziehen und in heißem Butterschmalz knusprig ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

**Für die Sesam-Mayonnaise:**  
 4 EL helle Sesamsaat  
 3 cm großes Ingwerstück  
 2 Eier  
 1 TL Senf  
 ½ TL Wasabipaste  
 1 Zitrone  
 50 ml geröstetes Sesamöl  
 200 ml Rapsöl  
 Salz, aus der Mühle

Sesam in einer Pfanne ohne Öl rösten. Eier trennen. Eigelbe, Senf und Wasabipaste in ein hohes Gefäß geben. Sesamöl und Rapsöl hineingießen und mit Hilfe eines Pürierstabs langsam von unten nach oben eine glatte Mayonnaise herstellen. Zitrone halbieren und auspressen. Ingwer schälen und reiben. Mayonnaise mit Salz, 1 Spritzer Zitronensaft und 1 Messerspitze Ingwer abschmecken und gerösteten Sesam unterrühren.

**Für die Garnitur:**  
 1 Zweig glatte Petersilie

Petersilie abrausen, trockenwedeln und klein schneiden.

Tatar in einem Ring auf Teller anrichten. Mit Petersilie garnieren. Je zwei Garnelen seitig hinzulegen und mit Klecksen von der Mayonnaise ausgarniert servieren.



**Claudia Thun**

## **Carpaccio vom Kabeljau mit Oliven, Kapernäpfeln und geröstetem Brot**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Carpaccio:**

1 Kabeljaufilet à 200 g  
 2 Kirschtomaten  
 20 g Kapernäpfel  
 20 g Taggia Oliven  
 20 ml Geflügelfond  
 20 ml Weißweinessig  
 1 Prise Zucker  
 1 TL getrockneter Oregano  
 20 ml Olivenöl  
 Olivenöl, zum Beträufeln  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kirschtomaten in Olivenöl, Geflügelfond, Weißweinessig, Oregano und 1 Prise Salz bei geringer Hitze ca. 7 Minuten schmoren. Tomaten aus dem Sud nehmen und die Haut abziehen. Anschließend das Fruchtfleisch mit dem Stabmixer pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Kabeljaufilet waschen, trocken tupfen und in sehr dünne Scheiben schneiden. Auf einen Teller anrichten, mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem hergestellten Tomatenpüree dünn bepinseln und mit etwas Olivenöl beträufeln.

Oliven klein schneiden. Kapernäpfel ebenfalls klein schneiden und gleichmäßig über den Fisch verteilen.

### **Für das geröstete Brot:**

2 Scheiben Ciabattabrot  
 1 Knoblauchzehe  
 Olivenöl, zum Braten

Ciabatta in einer Pfanne mit Olivenöl goldbraun anrösten. Knoblauch abziehen und andrücken. Gerösteten Brotscheiben mit Knoblauch einreiben.

### **Für die Garnitur:**

20 g Bottarga di Muggine  
 1 Fleischtomate  
 10 g getrocknete Tomaten (in Öl)  
 1 Kopf Lollo Bianco

Getrocknete Tomaten etwas abtropfen lassen und hacken. Fleischtomate schälen, entkernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Mit dem Rest des zuvor hergestellten Tomatenpürees marinieren und über das Carpaccio geben. Salat waschen, trocken schleudern und ggf. Blätter klein zupfen. Alles mit Rogen und Salat dekorieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Felix Söhnholz

## Gezupfte Hähnchenbrust in Hogao mit Kochbananen-Chips und Guacamole

Zutaten für zwei Personen

**Für die Hähnchenbrust:**  
 1 Hähnchenbrustfilet à 100 g  
 200 g Fleischtomaten  
 1 Zwiebel  
 1 Prise Safran  
 Neutrales Öl, zum Anbraten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Hähnchenbrustfilet in Salzwasser kochen bis das Fleisch eine Kerntemperatur von 75 Grad erreicht hat. Fleisch aus dem Wasser nehmen und fein zupfen. Zwiebel abziehen und fein hacken. Tomaten vom Kerngehäuse befreien und fein würfeln. Beides in einer Pfanne mit Öl anschwitzen. Alles mit Salz, Pfeffer und Safran würzen. Fleisch in die Pfanne geben, verrühren und für einige Minuten köcheln lassen.

**Für die Bananenchips:**  
 1 Kochbanane

Banane schälen und in dünne Scheiben schneiden. In einer Fritteuse goldgelb ausbacken, dann auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

**Für die Guacamole:**  
 1 Avocado  
 1 Zwiebel  
 1 Limette  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und fein hacken. Limette unter heißem Wasser abspülen, halbieren und Saft auspressen. Avocado halbieren, vom Kern befreien, das Fruchtfleisch herauskratzen und mit einer Gabel zerdrücken. Zwiebeln unterrühren und alles mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Sarah Dupont**

## **Jacobsmuscheln mit Mango-Avocado-Türmchen und Parmesan-Chip**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für die Muschel:**

8 Jakobsmuscheln  
10 Cashewkerne  
4 EL Ghee  
4 EL Zucker

Muscheln waschen, trockentupfen und in der Pfanne mit Ghee goldgelb anbraten. In einer zweiten Pfanne die Cashewkerne mit Zucker karamellisieren.

### **Für das Tartar:**

1 große reife Mango  
2 Avocados  
1 TL getrocknete Chilifäden  
2 Zitronen  
60 ml heller Balsamico  
Salz, aus der Mühle  
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Mango und Avocado schälen, entkernen und gleichmäßig in Würfel schneiden. Zitronen halbieren und Saft auspressen. Ca. 2 EL der Avocado und 1 EL der Mango fein pürieren und mit Salz, Pfeffer, Balsamico, Zitronensaft und den Chilifäden abschmecken und zu einer Creme verarbeiten. Ggf. etwas Zitronenabrieb hinzufügen.

### **Für den Parmesan-Chip:**

100 g Parmesan

Backofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Parmesan reiben und kreisförmig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech streuen. Für ca. 10-15 Minuten in den heißen Ofen geben und anschließend auskühlen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Alfred Mehls**

## **Lachs-Ceviche mit selbstgebackenem Quark-Brötchen**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Lachs:**

250 g Lachsfilet (ohne Haut)  
 1 Mini-Gurke  
 1 rote Spitzpaprika  
 1 gelbe Spitzpaprika  
 1 grüne Chilischote  
 1 Frühlingszwiebel  
 1 Knoblauchzehe  
 2 cm großes Ingwerstück  
 1 Limette  
 2 EL Kokosmilch  
 1 EL Fischsauce  
 1/2 Bund glatte Petersilie  
 1/2 Bund Thai-Basilikum  
 1/2 Bund Koriander  
 1/2 Bund Dill  
 1 Prise Zucker  
 1 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Lachsfilet waschen und trocken tupfen. Den Fisch in kleine Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Chilischote längs aufschneiden, von den Scheidewänden und Kernen befreien und fein hacken. Ingwer schälen und hacken. Limette unter heißem Wasser abspülen, halbieren und den Saft auspressen. Fisch, Chili, Knoblauch und Ingwer in eine Schale geben und mit Fischsauce, Zucker und 2 EL Limettensaft vermengen. Ggf. mit etwas Kokosmilch verflüssigen.

Gurke waschen, schälen, längs halbieren, mit einem Löffel die Kerne entfernen und schließlich in kleine Würfel schneiden.

Paprika waschen, trocken tupfen und die Haut mit einem Schäler entfernen. Dann halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Paprika ebenfalls fein würfeln.

Frühlingszwiebel putzen und in feine Ringe schneiden. Petersilie, Thai-Basilikum, Koriander und Dill abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Zusammen mit Gurke, Paprika und Frühlingszwiebeln in eine Schale geben, Olivenöl dazugeben und alles gut vermengen. Mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Limettensaft abschmecken.

### **Für die Brötchen:**

75 g Quark  
 3 EL Milch  
 2 EL schwarze Sesamsaat  
 150 g Mehl  
 ½ Päckchen Backpulver  
 1 Prise Zucker  
 3 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 190°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Mehl und Backpulver in einer Schüssel vermengen. Quark, Milch, Zucker und Öl hinzugeben und alles zu einem glatten Teig verarbeiten. Mit Salz abschmecken. Den Teig in 6 gleich große Stücke teilen, Kugeln daraus formen und mit Sesam bestreuen. Den Ofen auf 170°C zurückstellen und die Brötchen für 20 Minuten goldbraun backen.

### **Für die Garnitur:**

1 Salatblatt

Das Salatblatt waschen und trocken schleudern.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.