

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 12. Februar 2024** ▪
Leibgericht mit Nelson Müller



Greta Böske

**Rainbow Tortillas mit gebackenen Austernpilzen,
 Rotkrautsalat und Mango-Pico-de-gallo**

Zutaten für zwei Personen

Für die Tortillas:

240 g Nixtamalisiertes Maismehl +
 Maismehl, zum Ausrollen
 1 TL Rote-Bete-Pulver
 1 TL Spinatpulver
 260 ml Wasser
 Salz, aus der Mühle

Die Hälfte des Maismehls mit 130 ml Wasser, einer Prise Salz und Spinatpulver zu einem homogenen Teig kneten. Die zweite Hälfte des Maismehls mit 130 ml Wasser, einer Prise Salz und Rote-Bete-Pulver zu einem homogenen Teig kneten. Zu je zwei Kugeln formen, luftdicht abdecken und ca. 20 Minuten ruhen lassen.

Anschließend kleinere Kugeln formen, diese in der Tortilla-Pressen formen und in der sehr heißen Pfanne ohne Öl auf beiden Seiten ausbacken, bis sie Blasen werfen.

Für die Austernpilze:

200 g Austernpilze
 Neutrales Öl, zum Frittieren

Austernpilze putzen und das Öl in einer Fritteuse erhitzen.

Für die flüssige Panade:

300 ml Barista Hafermilch
 130 g Mehl
 ½ TL Cayennepfeffer
 1 TL geräuchertes Paprikapulver
 1 TL Salz

Die flüssige und trockene Panade jeweils in einer Schale verrühren. Pilze zunächst in der flüssigen, dann in der trockenen Panade wälzen. Die vollständig ummantelten Austernpilze in der Fritteuse ausbacken, bis sie goldbraun sind, und anschließend über der heißen Fritteuse abtropfen lassen.

Für die trockene Panade:

130 g Mehl
 40 g Panko
 1 TL edelsüßes Paprikapulver
 ½ TL Cayennepfeffer
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Mango-Pico-de-gallo:

1 sehr reife Mango
 1 große Ochsenherztomate
 2 rote Zwiebeln
 2 Knoblauchzehen
 1 frische Jalapeño
 2 Limetten, Saft
 100 ml helles Bier
 Honig, zum Abschmecken
 1 Bund Koriander
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Mango schälen, Zwiebeln abziehen und beides fein würfeln. Tomate entkernen und ebenfalls fein würfeln. Jalapeño sorgfältig entkernen und sehr fein würfeln. Koriander gründlich waschen und die feinen Blätter hacken, Knoblauch abziehen und reiben.

Alles in einer Schüssel vermischen. Limettensaft dazu pressen und mit einem Schuss Bier und den restlichen Zutaten abschmecken. Mindestens 15 Minuten ziehen lassen.

Für den Rotkrautsalat: Rotkraut putzen und in sehr feine Streifen schneiden. Mit Gewürzen und Apfelessig vermengen und kneten, dann abgedeckt mindestens 10 Minuten ruhen lassen.

- ¼ Kopf Rotkohl
- Etwas Apfelessig
- Etwas Rohrohrzucker
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Schmand mit Limette, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken und in einer Dosierflasche zum Garnieren der gefüllten Tortillas einsetzen.

- 1 reife Avocado
- 2 Limetten
- 200 ml Schmand
- 1 Bund Koriander
- Rohrohrzucker, zum Abschmecken
- Chiliflocken, zum Würzen
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Avocado schälen, entkernen und in feine Spalten schneiden, mit etwas Limettensaft beträufeln und vorsichtig salzen, dann mit Chili garnieren.

Koriander abbrausen, zupfen und ebenfalls zur Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Stefan Potenberg

Blumenkohl-Schnitzel mit Rotweinsauce, Kartoffelpüree und karamellisierten Frühlingszwiebeln

Zutaten für zwei Personen

Für die Schnitzel:

1 Blumenkohl, 2 Scheiben aus der Mitte
 2 Eier
 4 EL Mehl
 4 EL Paniermehl
 Rapsöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Blumenkohl ca. 5 Minuten in gesalzenem Wasser vorkochen. Kurz unter kaltem Wasser abschrecken und in Scheiben schneiden.

Blumenkohlscheiben durch Panierstraße aus Mehl, verrührtem und gewürztem Ei und Paniermehl ziehen und dann in die Pfanne in das heiße Öl geben. Von beiden Seiten goldbraun braten.

Für das Püree:

4 Kartoffeln
 200 ml vegane Hafervollmilch
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden. Ca. 20 Minuten in gesalzenem Wasser garkochen. Sorgfältig stampfen und mit abgefangenem Kochwasser und Hafermilch zu fluffigem Püree rühren. Mit Salz und Muskat abschmecken.

Für die Frühlingszwiebeln:

½ Bund Frühlingszwiebeln
 2 EL Zucker
 Salz, aus der Mühle

Frühlingszwiebeln in kleine Ringe schneiden, kurz in der Pfanne andünsten. Zucker und Salz hinzugeben und ca. 8 Minuten karamellisieren lassen.

Für die Sauce:

1 EL Butter
 100 ml Rotwein
 2 EL Tomatenmark
 Gemüsefond, zum Ablöschen
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Bratensatz der Frühlingszwiebel-Pfanne als Basis nehmen. Butter und Tomatenmark in die Pfanne geben und gut anbraten lassen, dann mit Rotwein und etwas Gemüsefond ablöschen und reduzieren lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Ursula Bänsch

Klopse mit Kartoffelstampf und Möhrengemüse

Zutaten für zwei Personen

Für die Klopse:

500 g gemischtes Hackfleisch
 1 altbackener Semmel
 1 Zwiebel
 1 Ei
 100 ml Milch
 Butterschmalz, zum Braten
 1 TL mittelscharfer Senf
 2 EL Panko
 2 Zweige Thymian
 2 Zweige Rosmarin
 Cayennepfeffer, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Milch in einem Topf erwärmen. Semmel in kleine Würfel schneiden. Lauwarme Milch über die Semmelwürfel gießen und ziehen lassen. Zwiebel abziehen und feinschneiden. Hackfleisch mit Zwiebelmischung, Ei, Senf, Panko und der eingeweichten Semmel in eine Schüssel geben. Alles kräftig mit Cayennepfeffer, Salz und Pfeffer würzen und gut vermengen. Aus der Hackmasse Klopse formen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Klopse bei mittlerer Hitze von beiden Seiten anbraten. Kräuterzweige hinzufügen.

Hitze reduzieren und 5-8 Minuten weiter braten.

Für den Stampf:

4 mehlig kochende Kartoffeln
 100 ml Milch
 60 g Butter
 2 Zweige glatte Petersilie
 2 Zweige Majoran
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kräuter feinschneiden. Kartoffeln schälen, in kleine Stücke schneiden, in gesalzenem Wasser weichkochen und Wasser anschließend abgießen. Kartoffeln stampfen, warme Milch, Butter, Kräuter und Gewürze dazu geben und gut vermengen.

Für die Möhren:

3 Möhren
 1 Zwiebel
 1 Frühlingszwiebel
 200 g Gemüsefond
 200 ml Sahne
 1 TL Butter
 2 Zweige glatte Petersilie
 Zucker, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Möhren schälen und in dünne Stücke schneiden. Zwiebel abziehen, in Würfel und Lauchzwiebel in Ringe schneiden.

Zwiebelwürfel in Butter andünsten, Möhren hinzugeben, etwas Zucker drüberstreuen und leicht karamellisieren lassen.

Frühlingszwiebel und 1/8 des Gemüsefonds hinzugeben.

Würzen, feingehackte Petersilie und Sahne dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und ggf. mit Fond nachgießen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Philip Hackl

Fasolka po bretońsku: Polnischer Bohnen-Eintopf mit Krakauer, Schweinefleisch, Räucherspeck und Gurkensalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Fasolka:

150 g Schweinefleisch aus der Oberschale
 50 g dicke Scheiben Räucherspeck
 100 g polnische Krakauer am Stück
 1 Bund Suppengemüse, Karotte, Sellerie, Lauch
 200 g dicke, weiße Bohnen aus der Dose
 100 g weiße Wachtelbohnen aus der Dose
 250 ml Gemüsefond
 Weißwein, zum Ablöschen
 1 TL Tomatenmark
 3 Lorbeerblätter
 3-5 Pimentkörner
 1-2 Nelken
 2 Kardamomkapseln
 1 EL getrockneter Majoran
 1 TL rosenscharfes Paprikapulver
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die vorgekochten Bohnen kurz abspülen, den Sud aber aufheben. Schweinefleisch und Speck würfeln und in einem Topf anbraten, die Wurst in Stücke schneiden und dazugeben. Fleisch herausnehmen. Suppengemüse schälen, würfeln und zum Anrösten mit in den Topf geben. Mit Gemüsefond, Weißwein und Tomatenmark ablöschen, mit Pfeffer und Salz würzen und köcheln lassen. Dabei ein Gewürzsäckchen mit Lorbeerblättern, Pimentkörnern, Nelken und Kardamomkapseln mit hineingeben. Mit Majoran, Paprikapulver, gestoßenem Pfeffer und Salz nach Geschmack würzen. Am Ende das Fleisch wieder dazugeben.

Für den Gurkensalat:

½ Salatgurke
 ½ rote Chilischote
 1 Zitrone, Saft
 200 ml saure Sahne
 200 ml Schmand
 ½ Bund Dill
 Zucker, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gurke schälen, zurecht schneiden und zum Entwässern salzen. Etwas ruhen lassen, dann über einem Sieb ausdrücken.

Ein Stück Chili und Dill hacken und mit saurer Sahne, Schmand und dem Zitronensaft verrühren, gut mit Salz und Pfeffer abschmecken, etwas Zucker dazugeben und die Gurke leicht unterrühren. Dill feinhacken und über dem Salat verteilen.

Für die Garnitur:

2 Zweige glatte Petersilie

Petersilie abzupfen und als Garnitur auf dem Eintopf anrichten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Romana Wilmsmann

Gefüllte Paprika mit Joghurtsauce und gemischtem Salat

Zutaten für zwei Personen

Für die Paprika:

90 g Rinderhackfleisch
6 Kirschtomaten
2 Spitzpaprika
60 g Couscous
1 Schalotte
30 g Schafskäse
1 TL grobes Pul Biber
1 TL getrocknete Nana-Minze
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Paprika waschen, der Länge nach halbieren und die Kerne entfernen. Couscous mit kochendem Wasser übergießen, sodass er knapp bedeckt ist. 5 Minuten ziehen lassen. Schalotte abziehen, fein schneiden, den Schafskäse mit der Hand zerbröseln und mit Hackfleisch, Minze und den Gewürzen zum Couscous geben. Füllung gut miteinander verkneten, mit Pul Biber, Salz und Pfeffer abschmecken und in die halbierten Paprika füllen. Kirschtomaten in Scheiben schneiden und auf der Masse verteilen. Paprika in eine Auflaufform geben und für 25 Minuten auf mittlerer Schiene in den Ofen geben.

Für die Joghurtsauce:

100 g türkischer stichfester Joghurt
1 Knoblauchzehe
Salz, aus der Mühle

Knoblauch abziehen, mit einer Presse zerkleinern und in den Joghurt geben. Kräftig salzen. Mit etwas Wasser verlängern bis der Joghurt eine flüssigere Konsistenz hat.

Für den Salat:

1 kleines Romanasalatherz
6 Cherrytomaten
1 kleine Gurke
2 EL Honig
3 EL heller Balsamicoessig
1 TL flüssiger Süßstoff
2 TL mittelscharfer Senf
½ Bund glatte Petersilie
1 EL Olivenöl
1 Prise Salz
1 Prise schwarzer Pfeffer

Salat mit dem Messer zerkleinern und waschen. Petersilie grob hacken und abbrausen. Beides trocken schütteln.

Tomaten vierteln, die Gurke halbieren und in Scheiben schneiden. Aus den restlichen Zutaten das Dressing mischen, das Olivenöl zum Schluss hineinrühren. Alles mit einem Schneebesen glattrühren. Dressing über den Salat geben, alles gut mischen und sofort servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Kevin Stranner

Blitz-Roulade mit Portweinsauce, Laugen-Serviettenknödel und Selleriepüree

Zutaten für zwei Personen

Für die Blitz-Roulade:

300 g Rinderfilet aus der Mitte
geschnitten
4 dünne Scheiben Speck
2 Schalotten
6 Cornichons
2 EL Dijon-Senf
Neutrales Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 170 Grad Umluft vorheizen.

Filet halbieren und beide Stücke mit einem Schmetterlingsschnitt einschneiden. Beide Stücke zwischen Frischhaltefolie legen und plattieren. Schalotten abziehen und gemeinsam mit Cornichons in feine Würfel schneiden. Rouladen von beiden Seiten salzen und pfeffern. Nun die Rouladen von einer Seite mit Senf bestreichen, den Speck darauflegen und die gewürfelten Schalotten und Cornichons darauf verteilen, zum Rand hin etwas Platz lassen. Rouladen einrollen und mit Rouladennadeln fixieren. Öl in eine heiße Pfanne geben und Rouladen rundherum scharf anbraten, anschließend 7-8 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben und ziehen lassen.

Für die Laugen-Serviettenknödel:

2 Laugenstangen, vom Vortag
1 Schalotte
1 Ei, Größe M
100 ml Milch
1 EL Butter
50 g Panko
½ Bund krause Petersilie
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Petersilie fein hacken, Laugenstangen in kleine Würfel schneiden und zusammen mit dem Ei in eine Schüssel geben. Schalotte abziehen und fein würfeln. Butter in einem Topf auslassen und die Schalottenwürfel darin glasig anschwitzen. Danach Milch dazugeben und erwärmen. Die warme Milch über die Laugenwürfel geben und alles gut miteinander vermengen. Panko dazugeben und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskat abschmecken. Alufolie und Frischhaltefolie übereinander auslegen, Masse darauf verteilen, einrollen und wie ein Bonbon verschließen. In kochendem Wasser 15 Minuten köcheln lassen. Knödel herausnehmen auspacken und in Scheiben schneiden.

Für das Selleriepüree:

400 g Knollensellerie
100 ml Sahne
1 EL Butter
250 ml Rinderfond
Muskatnuss, zum Reiben
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rinderfond in einem Topf zum Kochen bringen. Knollensellerie schälen, in grobe Würfel schneiden und in den kochenden Fond geben bis der Sellerie gar ist. Rinderfond abgießen und für die Sauce aufbewahren. Sahne und Butter zum Sellerie geben und mit einem Pürierstab pürieren. Anschließend mit Salz, Pfeffer, Zucker und Muskatnuss abschmecken.

Für die Sauce: Zwiebel abziehen, feinhacken und in einer Pfanne mit Öl braten.
½ Zwiebel Tomatenmark mit dem Zucker darin anrösten und anschließend mit dem
Rinderfond, s.o. Madeira und dem Portwein ablöschen und auf 2/3 einreduzieren lassen.
100 ml Portwein Senf einrühren. Dann den aufgefangenen Rinderfond des Selleriepürees
50 ml Madeira (s.o.) dazu geben und das ganze weiter köcheln lassen. Mit in Wasser
1 EL Senf aufgelöster Stärke binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
1 EL Tomatenmark
1 TL Stärke
½ TL Zucker
Neutrales Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Blüten als Garnitur verwenden.
4 essbare Blüten

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Blüten garnieren und servieren.