

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 04. April 2024** ▪
Tagesmotto „Eier“ mit Björn Freitag



Stefan Lauber

Frittierte Eier mit Tatar von Forelle und Lachs, Trüffel-Mayonnaise und Wildkräutersalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Eier:

6 Eier
 Paniermehl, zum Panieren
 Mehl, zum Mehlieren
 Neutrales Öl, zum Frittieren

Vier Eier ca. 7 Minuten kochen, dann abkühlen lassen und pellen.

Eine Panierstraße aus Mehl, zwei verquirlten Eiern und Paniermehl aufstellen und die gekochten und gepellten Eier darin panieren. Panierte Eier ca. 60 Sekunden in 180 Grad heißem Öl frittieren. Aus dem Öl nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Der Länge nach aufschneiden.

Für das Tatar:

100 g geräuchertes Forellenfilet
 130 g geräucherter Wildlachs
 1 Zitrone, Saft
 2 EL Crème fraîche
 1-2 Zweige Dill
 Olivenöl, zum Beträufeln
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Forelle hacken und mit Crème fraîche, Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen. Lachs hacken, leicht mit Salz und Pfeffer würzen

und mit etwas Olivenöl dazu geben. Erst Forellenmasse, dann den Lachs in einen Ring zum Anrichten füllen.

Für die Mayonnaise:

1 schwarzer Trüffel, aus dem Glas
 1 Ei
 1 TL mittelscharfen Dijonsenf
 400-500 ml Rapsöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Aus Ei, Senf und Rapsöl eine Mayonnaise hochziehen. Trüffel einmischen und die Mayonnaise mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Salat:

50-100 g Wildkräutersalat
 4 EL gemischte Kerne und Nüsse
 1-2 TL mittelscharfen Dijonsenf
 50 ml Balsamicoessig
 100 ml Sonnenblumenöl

Salat waschen und in eine Schüssel geben. Nüsse und Kerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Zum Salat geben.

Senf und Essig in einen hohen Becher geben, mit dem Pürierstab mixen und dabei langsam Öl dazugeben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist die **Forelle** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand Februar 2024):

- 1. Wahl: Bachforelle, Seeforelle: Österreich, Aquakultur: Teichanlagen, Durchflussanlagen

Laut WWF ist **Wildlachs** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand Februar 2024):

- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Alaska, Wildfang (alle Fangmethoden)



Charlotte Dörfler

Mit Erbsencreme gefülltes Omelett mit süßsaurer Sauce und Speck-Crunch

Zutaten für zwei Personen

Für die Erbsencreme:

400 g TK-Erbisen
60 g Butter
100 ml Gemüsefond
1-2 Blätter Minze
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Erbsen mit dem Gemüsefond in einen Topf geben und ca. 5 Minuten köcheln lassen, bis die Erbsen weich sind. Überschüssige Flüssigkeit abgießen. Dann die Erbsen in einem Multizerkleinerer fein pürieren. Ggf. die pürierte Masse durch ein feines Küchensieb streichen, sodass die Schalen aus der Masse entfernt werden. Die entstandene Creme mit Butter, Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken. Minze fein hacken und unter die Creme heben.

Für das Omelett:

4 Eier
2 EL Butter
50 ml Milch
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

In einer Pfanne die Butter zum Schmelzen bringen.

Eier mit der Milch und Salz und Pfeffer verquirlen. Eimasse in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze, ohne zu rühren, stocken lassen. Die Pfanne kann dabei in kreisenden Bewegungen geschwenkt werden, damit sich die Masse gut verteilt und gleichmäßig gart. Wenn die Masse fest ist, mit einem Pfannenwender vorsichtig umdrehen und von der anderen Seite braten. Omelett-Rolle vor dem Servieren halbieren.

Für die Sauce:

50 g Speck
30 g Butter
500 ml Gemüsefond
3 EL Essig
30 g Mehl
2 EL Zucker

Speck in Würfel schneiden, in einer Pfanne ohne Öl auslassen und kross anbraten. Die Würfel aus der Pfanne nehmen, auf ein Küchenpapier legen und für den Speck-Crunch beiseitelegen.

Das „Specköl“ in der Pfanne lassen und Butter dazugeben. Sobald diese geschmolzen und etwas gebräunt ist, das Mehl dazu geben und kurz mit anrösten. Mit dem Gemüsefond ablöschen und alles aufkochen lassen. Mit Essig, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Speck-Crunch:

50 g Speckwürfel von dem Saucenansatz, s.o.
1 Zwiebel
50 g Butter
50 g Panko
Mehl, zum Mehlieren
3 EL Öl

Zwiebel abziehen, klein schneiden und in etwas Mehl schwenken. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin anbraten. Die ausgelassenen Speckwürfel von dem Saucenansatz in die Pfanne geben. Butter und Panko dazugeben und alles zusammen anrösten, bis die Pankobrösel braun werden.

Für die Garnitur:

1-2 Zweige Petersilie

Petersilie hacken und als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Birgit Lehmann

Souffliertes Ei mit Frankfurter-Kräuter-Emulsion, Kartoffelrösti-Nest und Meerrettichcreme

Zutaten für zwei Personen

Für die Emulsion:

75 g Frankfurter grüne Kräuter
1 Limette, Saft
35 ml Eiweiß
35 ml dunkle Geflügelfond
80 ml Traubenkernöl
50 ml Rapsöl
2 g feines Ursalz
1 g schwarzer gemahlener Pfeffer

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Eiweiß in ein hohes Gefäß geben und wie eine Mayonnaise mit dem Traubenkernöl und Rapsöl emulgieren.

Kräuter mit Limettensaft und Geflügelfond sehr fein mixen, durch ein Passiertuch geben und fest ausdrücken. Die ausgedrückten Kräuter in die Emulsion/Mayonnaise einmixen. Mit Ursalz und Pfeffer abschmecken. Den entstandenen Kräutersud in einen Topf geben und einreduzieren lassen. Sud über das soufflierte Ei geben.

Für das soufflierte Ei:

4 Eier, Gr. M
Butter, zum Einfetten
2 g Ursalz
1 Prise Salz

Eier trennen und Eiweiß und Eigelb separat auffangen. Soufflé-Förmchen mit Butter austreichen. Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen. Dann eine Schicht steifes Eiweiß in die Förmchen geben. Das Eigelb dann darauf platzieren und mit dem restlichen Eiweiß bedecken. Die Förmchen in eine Auflaufform oder ein tiefes Blech setzen und kochendes Wasser angießen. Sie sollten etwa zur Hälfte im Wasser stehen. Ca. 15 Minuten (ggf. etwas länger) im vorgeheizten Ofen garen.

Für das Kartoffelrösti-Nest:

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

Kartoffeln grob reiben. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen und gut vermengen. Flüssigkeit der Kartoffelmasse mithilfe eines Passiertuches ausdrücken.

Öl in einer Pfanne erhitzen, zwei Taler Masse in die Pfanne geben und von beiden Seiten knusprig anbraten. Rösti warm über eine Tasse oder Glas legen, damit sich eine Mulde bildet.

Für die Meerrettichcreme:

50 g frischer Meerrettich
½ säuerlicher Apfel
1 Limette, Saft
200 g Crème fraîche
150-200 g Magerquark
1 EL flüssiger Honig
Kalahari-Salz, zum Würzen
Malabar-Pfeffer, zum Würzen

Crème fraîche und Magerquark in eine Schüssel geben und einen halben Apfel direkt in die Masse reiben, dann, je nach gewünschter Schärfe, etwas Meerrettich dazu geben. Honig, Limettensaft, Kalahari-Salz und Malabar-Pfeffer dazu geben und umrühren.

Für die Garnitur:

Geräuchertes Paprikapulver, zum Bestäuben

Gericht mit Paprikapulver garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 04. April 2024 ▪
Zusatzgericht von Björn Freitag



Parmigiana di melanzane

Zutaten für zwei Personen

Für die Melanzane:

2 große Auberginen
100 g Kirschtomaten
2 EL passierte Tomaten
1 Knoblauchzehe
½ Zitrone, Saft
100 g Parmesan
½ Scheibe Feta
1 Kugel Mozzarella
½ Bund Basilikum
1 EL Panko
Mehl, zum Wälzen
Speisestärke, zum Wälzen
Olivenöl, zum Braten
Rapsöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 230 Grad Grillfunktionen vorheizen.

Tomaten in eine Auflaufform geben und mit Olivenöl beträufeln. In den Ofen geben und rösten.

Auberginen in dünne Scheiben schneiden und mit etwas Salz bestreuen und mit Zitronensaft beträufeln. Danach gut abtupfen und in einer Mischung aus Mehl und Stärke wenden.

Raps- und Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Auberginenscheiben darin frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Tomaten aus dem Ofen holen, Feta darüberbröseln, passierte Tomaten dazugeben, mit Olivenöl beträufeln und mit Zitronensaft und Pfeffer würzen. Erneut einige Minuten in den Ofen geben. Im Anschluss alles miteinander vermengen.

Etwa 1 EL Parmesan reiben. Basilikum mit Panko, Parmesan und Olivenöl in einen Mixer geben und zu einem „Pesto“ mixen.

Auberginenscheiben in eine Auflaufform geben, dann die Ofen-Tomaten darauf platzieren und „Pesto“ daraufgeben. Noch eine Schicht Auberginenscheiben darauflegen und mit Ofen-Tomaten abschließen. Knoblauch abziehen und darüber reiben. Mozzarella in Scheiben schneiden, Parmesan reiben. Auflauf mit Mozzarella belegen, „Pesto“ daraufgeben und mit Parmesan bestreuen. Im vorgeheizten Backofen so lange überbacken, bis eine goldbraune Kruste entstanden ist.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.