

# | Die Küchenschlacht - Menü am 16. Februar 2015 |

## „Leibgerichte“ Alfons Schuhbeck



### **Leibgericht: „Spinat-Lachsrolle mit Reis und Roquefort-Sauce“ von Daniel Maula**

#### **Zutaten für zwei Personen**

##### *Für die Spinat-Lachsrolle:*

250 g Räucherlachs, geschnitten  
500 g Blattspinat, frisch  
1 Ei  
250 g Emmentaler  
150 g Fetakäse  
½ Zitrone  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

##### *Für den Reis:*

125 g Reis, Langkorn  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

##### *Für die Sauce:*

150 g Roquefort  
150 g Frischkäse  
200 ml Kokosmilch  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

##### *Für die Garnitur:*

½ Zitrone  
2 Zweige Dill

#### **Zubereitung**

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Einen Topf mit Wasser und etwas Salz erhitzen. Den Reis gar kochen.

Den Spinat waschen und trocknen. Das Ei aufschlagen. Den Emmentaler reiben und mit dem Spinat und dem Ei vermengen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und beides für zehn Minuten backen.

Den Roquefort und den Frischkäse in der Kokosmilch auflösen.

Den Spinat mit dem Emmentaler aus dem Backofen holen, auf den Räucherlachs geben und mit der Roquefort-Sauce bestreichen.



Den Fetakäse zerdrücken und über die Sauce geben. Die Zitrone halbieren, den Saft einer Zitronenhälfte auspressen und über den Fetakäse geben. Den belegten Räucherlachs zu einer Rolle zusammen rollen und in Stücke schneiden.

Die Spinat-Lachsrolle mit Reis und Roquefort-Kokos-Sauce auf Tellern anrichten, mit den Dillzweigen und der Zitronenhälfte garnieren und servieren.



## **Leibgericht: „Blitz-Roulade mit Rosmarinkartoffeln, Butter-Wirsing und Rotweinsauce“ von Petra Berscheid**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Roulade:*

1	Rinderfilet á 300 g, aus der Mitte geschnitten
4 Scheiben	Tiroler Speck
2	Gewürzgurken
1	Zwiebel, groß
2 EL	mittelscharfer Senf
1 EL	Tomatenmark
50 ml	Portwein
100 ml	lieblicher Rotwein
100 ml	Rinderfond
20 g	Mehl
2 EL	Butter
	Rapsöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Rosmarin-Kartoffeln:*

8	Drillinge
2 Stängel	Rosmarin
	Butter, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für den Butter-Wirsing:*

50 g	durchwachsener Speck
½ Kopf	Wirsing, klein
1	Schalotte
100 ml	Gemüsefond
1	Muskatnuss
	Butterschmalz, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Für die Kartoffeln einen Topf mit Salzwasser erhitzen. Die Kartoffeln waschen und bissfest garen.

Den Wirsing waschen und in breite Streifen schneiden. Die Schalotte abziehen und zusammen mit dem Speck in Würfel schneiden. Etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und den Speck mit den Schalotten anschwitzen. Den Wirsing dazugeben und kurz mit anschwitzen. Anschließend mit dem Gemüsefond aufgießen und abgedeckt circa zehn Minuten ziehen lassen, damit der Wirsing den Fond aufsaugt.



Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und der Länge nach in vier Scheiben schneiden. Die Scheiben zwischen Frischhaltefolie legen und möglichst dünn klopfen. Beide Seiten des Fleisches mit etwas Salz und ein wenig Pfeffer würzen. Die Gewürzgurken würfeln. Anschließend die Zwiebel abziehen und ebenfalls würfeln. Die Roulade mit dem Senf bestreichen und mit dem Speck, den Zwiebeln und den Gewürzgurken belegen. Die Rouladen zusammenrollen und mit Nadeln fixieren. Etwas Rapsöl in der Kasserolle erhitzen und die Rouladen von jeder Seite anbraten. Das Tomatenmark dazugeben und kurz mitrösten, mit dem Portwein ablöschen. Anschließend den Rotwein und den Rinderfond hinzugeben und einige Minuten leicht köcheln lassen.

Die Kartoffeln abgießen und achteln. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln kurz anbraten. Den Rosmarin waschen, trocknen, die Nadeln abziehen, grob hacken und zu den Kartoffeln geben.

Die Rouladen aus dem Sud heben. Falls erforderlich, den Sud mit einer klassischen Mehlschwitze aus dem Mehl und zwei Esslöffeln Butter andicken und mit ein wenig Salz und etwas Senf abschmecken.

Den Wirsing mit etwas Salz, ein wenig Pfeffer und Muskat abschmecken.

Die Blitz-Roulade mit den Rosmarinkartoffeln und dem Butter-Wirsing und der Rotweinsauce auf Tellern anrichten und servieren.



## **Leibgericht: „Ummanteltes Schweinefilet mit Bratkartoffeln, Prinzessbohnen im Speckmantel und Chili-Granatapfel-Rahmsauce“ von Nicholas Fanselow**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für das Schweinefilet:*

1 Schweinefilet à 300 g  
11 Scheiben Bacon  
5 EL Rapsöl  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Sauce:*

2 Knoblauchzehen  
1 Granatapfel  
1 rote Chilischote  
200 ml Gemüsefond  
5 EL Weißwein, trocken  
50 ml Sahne  
100 g weiche Butter  
Paprikapulver, scharf, zum Abschmecken  
Chiliflocken, zum Würzen  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Bohnen:*

200 g Prinzessbohnen  
4 Scheiben Bacon  
Butterschmalz, zum Anbraten

#### *Für die Bratkartoffeln:*

5 große, festkochende Kartoffeln  
Butterschmalz, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für die Bohnen einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Die Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelscheiben in die Pfanne geben. Mit etwas Salz und ein wenig Pfeffer würzen.

Die harten Enden der Bohnen entfernen, in das kochende Wasser geben und bissfest garen. Anschließend in Eiswasser blanchieren.

Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und vom Fett befreien. Anschließend in drei Zentimeter breite Stücke schneiden und mit dem Bacon ummanteln.



Eine Pfanne mit Rapsöl erhitzen und die Schweinefilets von beiden Seiten darin anbraten. Die Filets anschließend aus der Pfanne nehmen, in Alufolie wickeln und etwa zehn Minuten im Ofen garen.

Die Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Die Bohnen in kleineren Bündeln mit je einer Scheibe Bacon umwickeln. Eine Pfanne mit etwas Margarine erhitzen und die umwickelten Bohnen rundherum anbraten.

In dem Bratensud des Schweinefilets den Knoblauch anbraten. Die Chilischote der Länge nach aufschneiden und die Kerne entfernen. Die Chilischote würfeln und dazugeben. Den Granatapfel halbieren, die Kerne entfernen und den Saft auspressen. Den Sud mit dem Weißwein und dem Saft des Granatapfels ablöschen. Die Butter, das Mehl, den Gemüsfond und die Sahne dazugeben. Die Sauce mit Chiliflocken und dem Paprikapulver abschmecken.

Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und aus der Folie wickeln.

Das Ummantelte Schweinefilet mit Bratkartoffeln, Prinzessbohnen im Speckmantel und Chili-Granatapfel-Rahmsauce auf Tellern anrichten und servieren.



## **Leibgericht: „Gebratener Zander mit frischen Kartoffelchips und Fenchel-Mandarinen-Gemüse“ von Cristina Brandstetter**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für den Zander:*

2	Zanderfilets, vom Rücken, mit Haut, à 170 g
4 Scheiben	geräucherter Speck, durchwachsen
1	Zitrone
10	Kapern, eingelegt in Salz
1 EL	Butter
2 EL	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für das Gemüse:*

2	Fenchel, mittelgroß
6	Mandarinen
40 g	Butter, warm
1 TL	Maisstärke
	brauner Zucker, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	weißer Pfeffer, zum Abschmecken

#### *Für die Kartoffelchips:*

2	rotschalige Kartoffeln, festkochend
	Salz, aus der Mühle
	Kräuter der Provence, zum Abschmecken

#### *Für die Garnitur:*

6 Stiele	Schnittlauch
1	Granatapfelkerne

### **Zubereitung**

Für die Kartoffelchips den Ofen auf 190 Unter-/Oberhitze vorheizen.

Die Haut des Zanderfilets der Breite nach sechs Mal einritzen. Die Zanderfilets von beiden Seiten mit etwas Salz und ein wenig Pfeffer würzen. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Etwas Zitronensaft auf die Hautseite des Fisches träufeln. Den Fisch in Frischhaltefolie einwickeln und bei Seite legen.

Die Fenchel putzen, aufschneiden, den weißen Strunk entfernen und in etwa anderthalb Zentimeter breite Spalten schneiden. Eine Pfanne mit der Hälfte der Butter erhitzen. Die Fenchel-Spalten dazugeben und braten bis sie eine leicht bräunliche Farbe haben. Anschließend die Schale von zwei Mandarinen fein abreiben und mit der restlichen Butter in einer Schüssel vermengen. Mit etwas Salz und dem weißen Pfeffer würzen. Anschließend zu dem Fenchel geben.



Die Schale einer halben Mandarine abschälen und in sehr feine Streifen schneiden. Den Saft von vier Mandarinen auspressen. Den Saft zusammen mit den Mandarinstreifen zu dem Fenchel geben, mehrfach wenden und um ein Drittel reduzieren. Die Temperatur niedrig stellen und die Pfanne abdecken.

Eine beschichtete Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Zanderfilets auf der Hautseite ungefähr fünf Minuten scharf anbraten. Das Olivenöl abgießen, die Zanderfilets wenden und die Butter, die Kapern und den Speck hinzugeben. Bei niedriger Hitze für etwa drei Minuten weiterbraten.

Für die Kartoffelchips die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Kartoffelscheiben auf den Rost im Ofen legen und backen. Anschließend die Kartoffelscheiben mit etwas Salz, ein wenig Pfeffer und den Kräutern würzen.

Das Fenchel-Gemüse in einen Topf geben und warmhalten. Die Mandarinsauce mit dem braunen Zucker abschmecken. Die Konsistenz überprüfen, die Maisstärke hinzufügen und vermengen.

Für die Garnitur den Granatapfel halbieren und die Kerne herausklopfen.

Den gebratenen Zander mit dem Fenchel-Mandarinen-Gemüse und den frischen Kartoffelchips auf Tellern anrichten, mit den Granatapfelkernen und dem Schnittlauch garnieren und servieren.





## **Leibgericht: „Lasagne al salmone“ von Francesco Garibaldi**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Lasagne:*

200 g	Lachs, küchenfertig , ohne Haut
500 g	Lasagneblätter
200 g	Blattspinat
1	Knoblauchzehe
1	Zwiebel
250 g	Büffelmozzarella
1 Stück	Parmesan á 30 g
100 g	Mandelblätter
6 EL	Fischfond
2 EL	Cognac
	Olivenöl
100 g	Butter
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Béchamelsauce:*

200 ml	Sahne
100 ml	Milch
50 g	Butter
30 g	Mehl
1	Muskatnuss
	Salz, aus der Mühle

#### *Für die Garnitur:*

1 Bund	Petersilie glatt
1 Bund	Dill

### **Zubereitung**

Für die Lasagne den Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen. Einen Topf mit Salzwasser erhitzen. Die Lasagneblätter mit etwas Öl in das kochende Wasser geben und sechs Minuten kochen.

Den Lachs waschen, trocken tupfen und in würfelgroße Stücke schneiden. Den Knoblauch und die Zwiebel abziehen und in klein schneiden. Die Petersilie und den Dill waschen, trocknen und fein hacken.

Die Lasagneblätter aus dem Wasser nehmen und auf einen Teller kreuzweise übereinander legen.

Eine Pfanne mit der Hälfte der Butter erhitzen und den Lachs glasig anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und bei Seite stellen. Den Knoblauch und die Zwiebel in der gleichen Pfanne glasig andünsten. Den Spinat waschen, trocken schleudern und in die Pfanne geben. Anschließend den Spinat mit der Hälfte des Fischfonds ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Parmesan reiben, ungefähr ein Drittel zu dem Spinat geben und ein paar Minuten weiterbraten.



Für die Béchamelsauce einen Topf mit der Butter erhitzen. Nach und nach Mehl mit einem Schneebesen einrühren. Die Sahne und die Milch dazugeben und fünf Minuten köcheln lassen. Den Muskat reiben. Anschließend mit etwas Salz, etwas Dill und Muskat abschmecken.

Eine Pfanne mit der restlichen Butter erhitzen und den Lachs hinzufügen. Mit dem Cognac übergießen und flambieren. Anschließend mit dem restlichen Fischfond ablöschen. Den Mozzarella in Scheiben schneiden.

Abschließend die Lasagne schichten. Eine Auflaufform mit den Lasagneblättern auslegen und mit der Béchamelsauce bestreichen. Darauf wieder eine Schicht Lasagneblätter und Béchamelsauce geben. Den Lachs auf die Béchamelsauce schichten, etwas Mozzarella, die Mandeln und den Spinat hinzufügen. Etwas Parmesan über den Spinat streuen und mit einer Lage Lasagneblättern bedecken. Anschließend abwechselnd Béchamelsauce, Lasagneblätter und wieder Béchamelsauce schichten und mit einer Schicht Mozzarella bedecken. Abschließend den restlichen Mandeln und dem restlichen Parmesan bestreuen

Die Lasagne für sieben Minuten im Ofen backen.

Die Lasagne al salmone auf Tellern anrichten, mit dem Dill und der Petersilie garnieren und servieren.



## **Leibgericht: „Zitronen-Risotto mit Lachs und Blattspinat“ von Julia Steinbrecher**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für den Lachs:*

- 1 Lachsfilet, à 200 g, ohne Haut
- Butter, zum Anbraten
- 3 EL Zucker, zum Karamellisieren
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für das Zitronenrisotto:*

- 200 g Risotto-Reis
- 1 Zitronen
- 1 Zehe Knoblauch
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Schalotten
- 100 g Parmesan
- 50 g Butter
- 250 ml trockener Weißwein
- 500 ml Gemüsefond
- 3 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für den Salat:*

- 100 g Blattspinat, frisch und jung
- 1 EL Weißweinessig
- 2 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Garnitur:*

- 1 Zitrone

### **Zubereitung**

Für den Lachs einen Ofen auf 80 Grad in der Warmhaltefunktion vorheizen.

Für das Zitronenrisotto die Schalotten und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Die Zitrone waschen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Den Gemüsefond in einem Topf erhitzen. In einem weiteren Topf die Butter und das Olivenöl erhitzen und zuerst die Schalotten und anschließend den Knoblauch andünsten. Den Reis hinzufügen und unter Rühren glasig andünsten. Den Großteil des Zitronensaftes mit dem Weißwein vermischen und den Reis damit ablöschen. Den Abrieb hinzugeben. Die Flüssigkeit einkochen lassen, bis der Reis den Großteil aufgenommen ist. Zwischendurch immer wieder umrühren.



Die Lauchzwiebeln abziehen und in feine Streifen schneiden. Kurz vor dem Ende der Garzeit das Risotto mit dem restlichen Zitronensaft, etwas Salz und ein wenig Pfeffer abschmecken. Den Parmesan reiben. Den Parmesan unter das fertige Risotto geben und anschließend die Lauchzwiebeln unterrühren.

Für den Lachs eine Pfanne mit der Butter erhitzen. Das Lachsfilet waschen, trocken tupfen und von beiden Seiten scharf anbraten. Zucker hinzufügen und kurz karamellisieren. Anschließend das Lachsfilet in Alufolie einwickeln und im Ofen garen lassen.

Für die Salatbeilage ein Dressing aus dem Olivenöl, dem Weißweinessig, etwas Salz und ein wenig Pfeffer herstellen. Die Spinatblätter waschen und trocken schleudern und mit dem Dressing vermengen.

Für die Garnitur Spalten von der Zitrone schneiden.

Das Zitronen-Risotto mit Lachs und Blattspinat Tellern anrichten, mit den Zitronenspalten garnieren und servieren