

| Die Küchenschlacht - Menü am 14. Januar 2015 |
„Hauptgerichte“ Mario Kotaska



Hauptgericht: „Gefüllte Hähnchenbrust im Salbei-Parma-Mantel mit Salsa verde, Süßkartoffelpüree und überbackener Zucchini“ von Paul Woelky

Zutaten für zwei Personen

Für die Hähnchenbrust:

2 Hähnchenbrüste à 200 g
4 Scheiben Parmaschinken
12 Salbeiblätter
4 EL Ricotta
4 Zweige Thymian
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Salsa:

1 EL Kapern, aus dem Glas
1 Zitrone
1 grüne Chilischote
½ Bund Basilikum
½ Bund Rucola
½ Bund Koriander
50 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Süßkartoffelpüree:

400 g Süßkartoffeln
20 g frischer Ingwer
40 ml Milch
50 g Butter
1 Muskatnuss
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Zucchini:

1 große Zucchini
50 g Parmesan
2 TL Butter
1 Rosmarinzweig
1 Oreganozweig
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle



Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Für die gefüllte Hähnchenbrust die Hähnchenbrustfilets seitlich einschneiden. Vier Salbeiblätter fein hacken und mit dem Ricotta vermischen. Den Ricotta mit Salz und Pfeffer würzen und die Hähnchenbrust damit füllen. Anschließend je zwei Scheiben Parmaschinken leicht überlappend zusammenlegen und mit Salbeiblättern belegen. Anschließend je eine Hähnchenbrust auf zwei Scheiben Parmaschinken geben, darin straff einwickeln und mit Bindfäden festbinden.

Zwei Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne stark erhitzen und die eingewickelten Hähnchenbrüste darin etwa zwei Minuten von jeder Seite anbraten. Anschließend die Filets in einen Bräter geben und mit Thymianzweigen bedecken. Den Bräter für etwa 13 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben und garen.

Für die Salsa zunächst die Kapern abtropfen lassen und die Chilis entkernen. Diese mit den restlichen Zutaten für die Salsa in einen Mixer geben und aufmixen, bis die Zutaten gut vermischt sind.

Für das Süßkartoffelpüree die Süßkartoffeln schälen und grob würfeln. Den Ingwer ebenfalls schälen und in Stücke schneiden. In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen und die Süßkartoffeln zusammen mit dem Ingwer etwa 20 Minuten lang weichkochen. Die Milch mit 30 Gramm Butter, Salz und geriebener Muskatnuss aufkochen. Die Süßkartoffeln und den Ingwer mit einem Kartoffelstampfer pürieren und die Milchemischung unterrühren. Das Püree mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Zucchini waschen und in längliche Stifte schneiden. Rosmarin und Oregano von den Stängeln zupfen und fein hacken. Die Stifte mit der Schale nach unten in eine Auflaufform geben und mit etwas Olivenöl besprenkeln. Anschließend die Kräuter und etwas Salz über die Zucchini geben. Die Zucchini für sieben Minuten zum Fleisch in den Backofen geben. Währenddessen etwas Butter schmelzen und den Parmesan reiben. Die Zucchini mit anderthalb Teelöffeln geschmolzener Butter beträufeln und den Parmesan darüber verteilen, sodass die Stifte gänzlich bedeckt sind. Dann für weitere sieben Minuten in den Backofen geben bis der Parmesan goldbraun gebacken ist.

Das Süßkartoffelpüree auf einen Teller geben, die Hähnchenbrust darauf legen und die Zucchini drum herum anrichten. Mit einigen Klecksen von der Salsa Verde garnieren und anschließend servieren.



Hauptgericht: „Mediterrane Rinderroulade mit Pfannenkartoffeln und Gemüse“ von Manuela Kösters

Zutaten für zwei Personen

Für die Rinderroulade:

1 Rinderfilet à 400 g
50 g Parmaschinken
3 getrocknete Tomaten, gesalzen und in Öl eingelegt
1 Strauchtomate
75 g Blattspinat
1 Knoblauchzehe
1 EL Crème fraîche
½ Bund Rosmarin
½ Bund Thymian
Olivenöl, zum Anbraten
Meersalz
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Whisky-Butter:

2 EL irischen Whisky
250 g Butter
1 rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 EL flüssigen Blütenhonig
Meersalz
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Kartoffeln:

300 g kleine Frühkartoffeln
1 EL Butter
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Gemüse:

100 g Brechbohnen
1 Stange Lauch
1 gelbe Paprika
1 Strauch Cherrytomaten
2 EL Sojasauce
3 TL Currypulver
1 TL Chilipulver
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle



Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und zu einer Roulade schneiden. Dafür knapp einen Zentimeter über dem Schneidebrett den Schnitt ansetzen und bis einen Zentimeter vor dem Ende einschneiden. Dann das obere Stück nach hinten klappen und wieder einschneiden. Die Prozedur solange wiederholen, bis eine Roulade entstanden ist. Die Tomate häuten, entkernen und mit den getrockneten Tomaten zusammen pürieren.

Für die Whisky-Butter zunächst die Zwiebel und die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Dann die handwarme Butter in eine Schüssel geben und gut mit den übrigen Zutaten vermengen. Die Butter nach Belieben mit Salz und Pfeffer abschmecken und zum kalt werden in den Kühlschrank stellen.

Den Blattspinat in kochendem Wasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken und gut abtropfen lassen. Die einzelnen Blätter trocken tupfen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und die Tomatenmasse darauf streichen. Darüber die Spinatblätter auslegen, den Parmaschinken darüber geben und die Crème fraîche darüber verteilen. Die Füllung nochmals mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend das Fleisch aufrollen und mit Küchengarn zubinden. Von außen nochmals salzen und pfeffern.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Roulade darin rundherum anbraten. Die Rosmarin- und Thymianzweige, sowie die Knoblauchzehe nach dem Anbraten in die Pfanne geben. Das Fleischthermometer ins Fleisch stecken und die Pfanne für etwa 30 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Das Fleisch sollte eine Kerntemperatur von 60 Grad erreichen.

Die Kartoffeln in kochendem Salzwasser garen und anschließend pellen. Anschließend in einer Pfanne Butter zerlassen und die Kartoffeln darin schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Gemüse den Lauch waschen, die Enden abschneiden und in Ringe schneiden. Die Paprika entkernen und würfeln und die Cherrytomaten halbieren. Die Enden der Bohnen abschneiden. Anschließend zunächst die Paprika in einer Pfanne mit Olivenöl andünsten, die Bohnen dazugeben und kurz vor dem Ende die Tomaten und den Lauch dazugeben.

Die Roulade aufschneiden und auf dem Gemüse anrichten. Die Kartoffeln daneben verteilen, eine Flocke Whisky-Butter zum Fleisch geben und servieren.



Hauptgericht: „Gefüllte Hackbällchen mit Ziegenkäse, Kürbispüree und scharfer Granatapfelkonfitüre“ von Friederike Hahn

Zutaten für zwei Personen

Für die Hackfleischbällchen:

200 g Rinderhackfleisch
100 g Pistazien, ungesalzen und geschält
150 g Ziegenfrischkäse
1 Ei
1 Zitrone
2 Zweige Minze
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Kürbismousse:

1 Hokkaidokürbis
1 Stück Ingwer (3 cm)
2 Knoblauchzehen
50 g Butter
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Granatapfelkonfitüre:

1 Granatapfel
1 TL Chiliflocken
50 g Zucker
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Außerdem:

100 g Feldsalat

Zubereitung

Für das Kürbispüree ein Drittel vom Kürbis abschneiden und schälen. Die restlichen zwei Drittel können kühl gelagert und zum Beispiel zu einer Kürbissuppe verarbeitet werden. Das Drittel in kleine Würfel schneiden, die Knoblauchzehen abziehen, den Ingwer schälen und beides fein hacken.

Einen Esslöffel Butter in einem Topf zerlassen, und den Knoblauch mit dem Ingwer darin anschwitzen. Die Kürbiswürfel hinzufügen und salzen. Dann mit Wasser ablöschen und einkochen lassen, bis der Kürbis von selbst eine püreeartige Konsistenz erreicht. Zur Not mit einem Kartoffelstampfer nachpürieren.

Für die Granatapfelkonfitüre den Granatapfel halbieren und die Kerne einer Hälfte auslösen. Die andere Hälfte kann anderweitig verwendet werden. Die Granatapfelkerne in einem kleinen Topf erhitzen und köcheln lassen. Dann die Chiliflocken hinzufügen und mit Zucker abschmecken.



Für die Hackbällchen das Hackfleisch mit dem Ei vermengen, salzen und pfeffern. Die Minzblätter von den Stängeln zupfen und fein hacken. Anschließend etwas Zitronenschale reiben und mit der Minze zur Hackfleischmasse geben. Für den Geschmack auch etwas Ziegenkäse zum Hackfleisch geben. Das Fleisch zu kleinen Kugeln formen und je eine Pistazie in die Mitte stecken. Die Bällchen in Olivenöl rundherum braten, bis sie gar sind.

Beim Anrichten einen Klecks Ziegenfrischkäse auf die Fleischbällchen geben. Den Feldsalat etwas salzen und mit etwas Olivenöl und Zitrone verfeinern. Das Kürbispüree mit Zitronenschale, Mandelpulver und Butter abschmecken.



Hauptgericht: „Rinderfilet mit Rosmarin-Drillingen, karamellisierten Möhren und Rotwein-Balsamico-Sauce“ von Lars Putensen

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

2 Rinderfiletsteaks à 200 g
1 EL Butterschmalz
1 EL Butter
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
Meersalz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Sauce:

2 rote Zwiebeln
100 ml trockener Rotwein
50 ml alter Balsamico
2 EL kalte Butter
2 EL Zucker
Meersalz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Rosmarin-Drillinge:

300 g Drillinge
1 Knoblauchzehe
3 Zweige Rosmarin
1 EL Butter
Meersalz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Möhren:

300 g Fingermöhren, mit Grün
1 Knoblauchzehe
1 EL Butter
2 EL Zucker
Meersalz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen und zwei Kochtöpfe mit Salzwasser aufsetzen.

Für das Rinderfilet zunächst das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin rundherum scharf anbraten. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und im Backofen bei 100 Grad Umluft für 25 Minuten garen.

Die Drillinge in kochendes Salzwasser geben und weich kochen.



Währenddessen in einem Topf mit zwei Esslöffeln Zucker Karamell ansetzen. Die Zwiebeln abziehen, halbieren und in grobe Scheiben schneiden. Die Zwiebelscheiben zu dem karamellisierten Zucker geben und mit Rotwein und Balsamico ablöschen. Dann erst mal köcheln lassen.

Für die karamellisierten Möhren zunächst die Fingermöhren schälen und das Grün auf etwa zwei Zentimeter stutzen. Dann die Möhren in einen Topf mit kochendem Salzwasser geben, die Hitze etwas herunterschalten und im Salzwasser bissfest garen. Dann die Butter in einer Pfanne zerlassen und einen Esslöffel Zucker sowie die Möhren dazugeben. Die Möhren bei geringer Hitze karamellisieren lassen und vorsichtig mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Drillinge den Rosmarin zupfen, fein hacken und die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Beides zusammen mit den Drillingen in eine Pfanne geben und anbraten, sodass die Drillinge den Geschmack des Rosmarins und des Knoblauchs annehmen. Mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.

Etwa zwei Esslöffel kalte Butter zu den Rotweinzwiebeln geben und diese damit glasieren. Zuletzt mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Rinderfilet aus dem Ofen nehmen und mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen.

Auf dem Teller einen Saucenspiegel machen und das Filet darauf legen. Die Drillinge und die Möhren dekorativ um das Fleisch herum drapieren und den Teller warm servieren.