

| Die Küchenschlacht - Menü am 19. März 2015 | „Hauptgänge & Desserts“ Mario Kotaska



Hauptgang: „Krosser Zander mit Curry-Gemüse-Pfanne und Safranreis“ von Sascha Weidig

Zutaten für zwei Personen

Für den Zander:

350 g	Zanderfilets mit Haut à 175 Gramm
4 EL	Mehl, zum Mehlieren
1	Zitrone
60 g	Butter
2 EL	Rapsöl
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Curry-Gemüse-Pfanne:

1	Zwiebel
1	Aubergine
1	Knoblauchzehe
1	rote Paprikaschote
1	grüne Paprikaschote
50 g	grüne Bohnen
2 cm	frischer Ingwer
1	Zitrone
1	Chilischote
1 Bund	Koriander
2 Zweige	Thymian
300 ml	Kokosmilch
5 EL	Erdnussöl
10 EL	Sojasauce
1 TL	Chilipulver
3 TL	mildes Currypulver

Außerdem:

200 g	Basmatireis
6	Safranfäden

Zubereitung

Den Reis in einem Topf mit gesalzenem Wasser und dem Safran gar kochen.

Die Bohnen waschen und in drei Zentimeter große Stücke schneiden. Die Aubergine waschen, trocknen und ebenfalls in Würfel schneiden. Den Knoblauch abziehen und klein hacken. Die Paprika schälen, aufschneiden und von Kernen und Scheidewänden befreien. Anschließend in Würfel schneiden. Den Ingwer schälen und fein hacken. Die Zwiebel abziehen und klein schneiden. Die Chilischote der Länge nach aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen

befreien und fein hacken. Den Koriander waschen, trocken tupfen und fein hacken. Den Thymian abzupfen.



Das Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin anbraten. Knoblauch, Ingwer, und Curry dazugeben und kurz mitbraten. Anschließend mit der Kokosmilch ablöschen und mit Auberginen, Sojasauce, Chili und Chilipulver für weitere zehn Minuten garen. Die Zitrone halbieren und den Saft mit in die Pfanne pressen. Nach den zehn Minuten die Paprika und die Bohnen sowie Koriander und Thymian mit in die Pfanne geben und nochmals sieben Minuten köcheln lassen. Abschließend mit Sojasauce und Currypulver abschmecken.

Für den Zander die Butter in einem Topf zerlassen.

Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Den Zander auf Gräten prüfen, waschen und trocken tupfen. Den Zander mit dem Zitronensaft beträufeln und mehlieren. Eine Pfanne mit Öl erhitzen und den Zander auf der Haut kross braten, kurz auf die Fleischseite wenden und weitergaren. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit der Butter übergießen.

Den Reis in der Mitte der Teller anrichten. Das Currygemüse um den Reis verteilen, den Zander quer darüber legen und servieren.



Dessert: „Flambierte Bananen mit Vanilleeis“ von Sascha Weidig

Zutaten für zwei Personen

Für die Bananen:

2	Bananen
80 g	brauner Zucker
2	Orangen
1	Limette
70 g	Butter
100 ml	Orangenlikör
¼ Bund	Minze, für die Garnitur

Für das Eis:

3	Eier
85 g	Zucker
250 ml	Sahne
150 ml	Milch
1	Vanilleschote

Zubereitung

Für das Eis die Sahne steif schlagen. Anschließend die Eier trennen und die Eigelbe in das Wasserbad geben. Das Eiweiß kann anderweitig verwendet werden. Die Eigelbe mit dem Zucker schaumig schlagen. Die Eier so lange weiter schlagen, bis der Zucker sich aufgelöst hat und die Masse cremig und glänzend ist.

Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen. In einem anderen Gefäß die Milch mit dem Vanillemark verrühren und die Sahne und die Milch zu der Ei-Zucker Masse geben und gut unterheben. Die Masse in eine Eismaschine füllen, die Eismaschine einschalten und die Masse einige Minuten in der Eismaschine gefrieren lassen.

Währenddessen für die Bananen 35 Gramm Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Bananen schälen, von den Enden befreien und der Länge nach halbieren. Anschließend die Bananen in der Pfanne von beiden Seiten kräftig anbraten.

In einer weiteren Pfanne die restliche Butter erhitzen. Eine Orange waschen, trocknen und die Schale in die Pfanne reiben. Den braunen Zucker dazugeben und den Abrieb karamellisieren lassen. Die abgeriebene Orange und die übrige halbieren und den Saft auspressen. Die Limette halbieren und ebenfalls den Saft auspressen. Den Limetten- und Orangensaft mit zu der Orangenschale geben und einkochen lassen. Anschließend den Orangenlikör hinzufügen und flambieren.

Direkt danach die Bananen mit in die Pfanne geben und nochmals kurz erhitzen. Die Minze waschen, trocken tupfen und die Blätter abzupfen.

Das Eis auf Tellern anrichten, Bananen danebenlegen und die karamellisierte Zuckermasse im Kreis darüber garnieren und mit Minze verzieren.



Hauptgang: „Entenbrust mit Sesam-Ingwer-Jus und Chinakohl“ von Daniela von Buttlar

Zutaten für zwei Personen

Für die Entenbrust:

2 Entenbrüste mit Haut à 150 g
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Chinakohl:

½ Chinakohl
2 EL Butter
1 EL scharfer grober Senf
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Sesam-Ingwer Sauce:

2 EL heller gerösteter Sesam
200 ml Entenfond
6 cm Ingwer
1 EL Sojasauce
2 EL kalte Butter
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

4 Kräuterseitlinge, zum Garnieren
Olivenöl, zum Anbraten

Zubereitung

Den Backofen auf 160 Grad Ober-und Unterhitze vorheizen.

Eine Pfanne bei milder Hitze vorbereiten.

Die Entenbrusthaut einritzen, pfeffern und auf der Haut in der Pfanne auslassen. Auf der anderen Seite ebenfalls anbraten und anschließend für 15 Minuten im Ofen fertig garen. Danach etwas ruhen lassen.

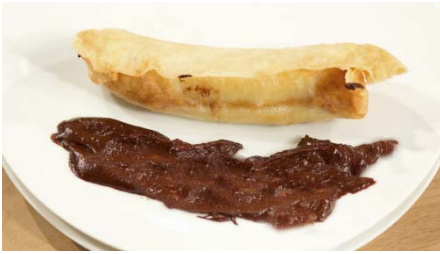
Den Chinakohl in Streifen schneiden. Die Streifen waschen und trocken schleudern. Anschließend eine Pfanne mit der Butter erhitzen, den Kohl kurz darin anschwitzen und mit dem Salz und dem groben Senf würzen.

Für die Sauce den Ingwer schälen und mit der Reibe sehr fein reiben. Den Entenfond mit der Sojasauce, dem Sesam und dem Ingwer aufkochen und etwas einreduzieren lassen. Die kalte Butter in Stückchen schneiden und mit dem Schneebesen unterschlagen.



Die Kräuterseitlinge waschen, trocken tupfen und in feine Scheiben schneiden. Anschließend kurz in einer Pfanne mit etwas Olivenöl anbraten.

Den Chinakohl in der Mitte der Teller anrichten, die Entenbrust anlegen, mit der Sauce umgießen und mit den Kräuterseitlingen garnieren und servieren.



Dessert: „Bananenrolle mit Haselnuss-Karamell und Schoko-Rum-Sauce“ von Daniela von Buttlar

Zutaten für zwei Personen

Für die Bananenrolle:

2	Bananen
6	Frühlingsrollenblätter
100 g	geröstete Haselnüsse
200 g	Zucker
1	Ei
	Öl, zum Frittieren
	frische Minze, zum Garnieren
	Puderzucker, zum Garnieren

Für die Schoko-Rumsauce:

100 g	Zartbitterschokolade
1	Vanilleschote
50 ml	Milch
3 EL	Zucker
2 EL	Sahne
1 EL	Butter
1 cl	Rum

Zubereitung

Für die Bananenrolle eine Fritteuse auf 160 Grad vorbereiten.

Die gerösteten Haselnüsse klein hacken. Den Zucker in einer weiteren Pfanne karamellisieren und die Haselnüsse zugeben. Das Haselnusskaramell auf ein Backpapier gießen, mit einem weiteren Backpapier bedecken und mit dem Nudelholz plattieren. Das Backpapier abziehen, die Plätzchen erkalten lassen und anschließend in so große Stücke wie die Bananen schneiden.

Die Bananen schälen, die Enden abtrennen, und erst längs und dann quer halbieren. Die Schnittfläche mit dem Haselnusskaramell belegen, die Bananenhälften wieder zusammensetzen und in die Frühlingsrollenblätter einschlagen. Das Ei trennen und den Teig mit dem Eiweiß bestreichen. Das Eigelb kann anderweitig verwendet werden.

Für die Schoko-Rumsauce ein Wasserbad vorbereiten.

Die Zartbitterschokolade klein hacken und in dem Wasserbad auflösen. Die Milch in einem Topf erhitzen.

Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und etwa die Hälfte des Marks herauskratzen. Anschließend das Mark mit der Milch erhitzen, über die Schokolade geben und unter Rühren auflösen. Butter und Sahne in die Sauce geben, mit dem Rum und dem Zucker abschmecken und in einer Sauciere servieren.

Die Minze waschen und trocken tupfen. Die Bananenrolle frittieren, anschließend auf einem Teller anrichten, mit der Minze und dem Puderzucker garnieren und die Schoko-Rumsauce dazu servieren.



Hauptgang: „Mango-Bananen-Curry mit Frischkäse-Brötchen“ von Annalena Jänicke

Zutaten für zwei Personen

Für das Mango-Bananen-Curry:

1	Mango
2	Bananen
2	grüne Paprika
1	Zwiebel
1 Zehe	Knoblauch
5	Koriandersamen
1	frische Chilischote
200 ml	Kokosmilch
50 ml	Sahne
100 ml	Gemüsefond
100 ml	Olivenöl
	Kurkuma, zum Abschmecken
	Curry, zum Abschmecken

Für die Frischkäsebrötchen:

200 g	Mehl
1	Ei
1/2 Packet	Backpulver
100 g	Kräuterfrischkäse
60 ml	Milch
1 TL	Knoblauchsatz
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Eine Pfanne mit Olivenöl bei mittlerer Hitze vorbereiten.

Für das Frischkäsebrot Mehl, Backpulver, Knoblauchsatz, Kräuterfrischkäse, Milch, Salz und Pfeffer in eine Rührschüssel geben und verkneten. Ein Ei trennen und das Eigelb aufbewahren. Das Eiweiß kann anderweitig verwendet werden. Aus dem Teig kleine Brötchen formen, mit Eigelb bepinseln und für 15 bis 20 Minuten in den Backofen geben.

Für das Curry die Zwiebel und den Knoblauch abziehen. Die Zwiebel fein hacken und den Knoblauch in der Knoblauchpresse pressen. Die Koriandersamen in einem Mörser zerstoßen. Die Chilischote der Länge nach aufschneiden und von den Scheidewänden und Kernen befreien. Den Curry, die Zwiebeln, den Knoblauch, die Kurkuma und die Koriandersamen in Öl andünsten und die Chilischote eine Minute mitdünsten.

Die Kokosmilch und den Gemüsefond hinzugeben und bei mittlerer Hitze zehn Minuten köcheln lassen.



Die Mango in Würfel schneiden, die Paprika schälen und würfeln und die Bananen in Scheiben schneiden. Die Paprika zur Sauce geben und drei Minuten mitköcheln lassen. Die Mango und die Banane hinzugeben und nochmals fünf Minuten köcheln. Abschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Sahne hinzufügen.

Das Curry mit den Frischkäsebrötchen auf Tellern anrichten und servieren.



Dessert: „Himbeerkörbchen“ von Annalena Jänicke

Zutaten für zwei Personen

Für das Körbchen:

1	Ei
50 g	Puderzucker
50 g	Butter
50 g	Mehl

Für die Himbeercrème:

400 g	frische oder TK-Himbeeren
100 g	Mascarpone
50 g	Joghurt 1,5 %
100 ml	Sahne
10 ml	Himbeeressig
2 EL	Zucker

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das Ei trennen und das Eiweiß mit dem Puderzucker schlagen. Das Eigelb kann anderweitig verwendet werden. Anschließend mit der Butter verrühren und das Mehl unterrühren. Das Backblech mit Backpapier auslegen und kleine Teigkreise aufstreichen. Für fünf Minuten backen und danach über die Außenseite kleiner Schälchen stülpen und erkalten lassen. Anschließend die geformten Teigkörbchen von den Schälchen nehmen.

Für die Creme 200 Gramm der Himbeeren mit Zucker pürieren und passieren. Mit dem Joghurt und der Mascarpone mischen. Die Sahne steif schlagen und anschließend in die Creme unterheben. Die restlichen Himbeeren mit Himbeeressig und Zucker marinieren.

Die Creme in das Teig-Körbchen geben und mit den marinierten Himbeeren garnieren und servieren.