

| Die Küchenschlacht - Menü am 29. April 2015 | „Hauptgang und Dessert“ Alfons Schuhbeck



Hauptgang: „Gegrilltes Hähnchen mit Wasakaka und Yuccapüree“ von Valerie Hilser

Zutaten für zwei Personen

Für die Hähnchenbrust:

1 Hähnchenbrust
50 g getrockneter Oregano
Pflanzenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die „Wasakaka“ (Salsa) :

3 Limetten
1 Knoblauchzehe
½ Bund krause Petersilie
Olivenöl
40 ml Wasser
Salz, aus der Mühle

Für das Yuccapüree :

150 g Maniokwurzel
150g Knollensellerie
2 Frühlingszwiebeln
125 ml Schlagsahne
2 EL Butter
1 TL Zwiebelpulver
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 150 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

Eine Pfanne mit Pflanzenöl erhitzen. Die Hähnchenbrust waschen, trocken tupfen, halbieren, mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen, kurz von beiden Seiten scharf in der Pfanne anbraten und anschließend für etwa 20 Minuten in den Backofen geben.

Salzwasser in einem Topf erhitzen. Die Yuccawurzel und die Sellerieknolle schälen, würfeln und für etwa 15 bis 20 Minuten im Salzwasser kochen.

Für die „Wasakaka“ den Saft der Limetten auspressen. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und klein schneiden. Den Knoblauch im Mörser fein zerreiben. Das Wasser, etwas Olivenöl, die klein geschnittene Petersilie und den zerstoßenen Knoblauch in einem Topf mischen, und kurz aufkochen lassen. Anschließend vom Herd nehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.



Für das Püree das Wasser abgießen, die Butter und die Sahne hinzugeben und das Ganze zu einem Püree zerstampfen und mit Salz und Zwiebelpulver abschmecken. Die Frühlingszwiebel von den äußeren Blättern befreien und in feine Ringe schneiden.

Die Hähnchenbrust mit dem Yuccawurzelpüree und der „Wasakaka“ auf Tellern anrichten und mit den Frühlingszwiebelwürfeln garnieren.



Dessert: „Mini-Tarte au chocolat“ von Valerie Hilser

Zutaten für zwei Personen

Für die Tarte:

100 g	Erdbeeren, zum Garnieren
50 g	Zartbitterschokolade
1	Ei
60 g	Butter
1/4 Pck.	Puddingpulver (Schokoladengeschmack)
20 g	Puderzucker
1 Pck.	Vanillezucker
50 g	Kokosraspeln, zum Garnieren
1 Prise	Salz

Zubereitung

Den Backofen auf 175 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

50 Gramm Butter und die Schokolade in einem Topf unter ständigem Rühren schmelzen lassen, von der Herdplatte nehmen und abkühlen lassen.

Mit der übrigen Butter die Kuchenförmchen ausbuttern. Das Ei in eine Schüssel geben und mit dem Vanillezucker, einer Prise Salz und dem Puderzucker cremig schlagen. Nun vorsichtig die Schokoladen-Buttermasse langsam hinzugeben und kurz weiter schlagen. Abschließend das Puddingpulver unter den Teig heben, das Ganze in eine gefettete kleine Kuchenform füllen und für etwa 25 Minuten backen.

Die Kokosraspel kurz in einer Pfanne rösten. Die Erdbeeren waschen und auf einen Spieß aufspießen.

Die Tarte auf Tellern anrichten und mit dem Erdbeerspieß und den Kokosraspeln garniert servieren.



Hauptgang: „Entenbrust mit Rotwein-Orangen-Jus, Vanille-Chili-Spitzkohl und Kartoffel-Kräuter-Plätzchen“ von Tim Biebighäuser-Becker

Zutaten für zwei Personen

Für die Entenbrust:

200 g Entenbrust
Fleur de Sel
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Spitzkohl:

1 Spitzkohl
1 Chilischote
1 Vanilleschote
50 ml Sahne
Zucker
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Kartoffel-Plätzchen:

200 g mehligkochende Kartoffeln
1 Zwiebel
1 Bund glatte Petersilie
1 EL Grieß
1 Ei
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Sauce:

250 ml Rotwein
350 ml Wildfond
50 g Butter
1 Orange
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Gesalzenes Wasser in einem Topf zum Kochen bringen.

Den Backofen auf 130 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Eine Pfanne ohne Fett erhitzen.

Kartoffeln schälen, in kleine Stücke schneiden und im Salzwasser weichkochen.

Die Entenbrust waschen und trocken tupfen. In einer Pfanne ohne Fett knapp zwei Minuten auf der Hautseite scharf anbraten, die Fleischseite in der Zwischenzeit mit Salz und Pfeffer würzen. Die Entenbrust mit einem Pfannenwender drehen und auch die Fleischseite kurz anbraten. Nun auf die Seiten drehen, so dass alle Seiten der Ente Hitze bekommen. Anschließend für 25 Minuten bei 130 Grad im Ofen auf den mittleren Rost legen.



Den Bratensatz mit Rotwein ablöschen. Eine Orange waschen und eine kleine Menge Schale abreiben. Anschließend die Orange halbieren und entsaften. Die Orangenschale und den frisch gepressten Orangensaft hinzugeben und einköcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Kartoffeln etwas auskühlen lassen.

Die Zwiebel abziehen und in Würfel schneiden. Diese Anschließend in einer Pfanne erhitzen, fein gehackte Petersilie hinzufügen, die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken und vom Herd nehmen. Danach die ausgekühlten Kartoffeln zu einer Masse pressen und mit der Zwiebel-Petersilie Masse vermengen. Mit etwas Muskat abschmecken und gegebenenfalls eine kleine Menge Grieß dazugeben. Die Masse auf mehliertem Backpapier zu einer Rolle formen und kalt stellen.

Zwischendurch nach der Ente schauen und aufpassen, dass die Sauce nicht zu weit einreduziert. Diese abschmecken, eine Flocke Butter hinzugeben und bei kleiner Hitze köcheln lassen.

Nun den Spitzkohl in feine Streifen schneiden, waschen und trocken schleudern. Anschließend in etwas Öl anbraten. Die Chilischote waschen, entkernen und in sehr feine Streifen schneiden. Zum Spitzkohl geben und diesen mit etwas Sahne ablöschen. Eine Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen. Beides zum Spitzkohl geben und kurz köcheln lassen. Schote wieder herausnehmen und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Kartoffelmasse in drei Zentimeter dicke Scheiben schneiden und diese kurz in Öl anbraten. Den Spitzkohl auf den vorgewärmten Teller geben, die Entenbrust tranchieren und gemeinsam mit den. Kartoffel-Kräuter-Plätzchen und der Sauce anrichten und servieren.



Dessert: „Apple Crumble“ von Tim Biebighäuser -Becker

Zutaten für zwei Personen

2	saure Äpfel
60ml	Rahm
2	Eier
100g	kalte Butter
1EL	Honig
1	Zitrone
20 g	gemahlene Mandeln
200 g	Mehl
120 g	Zucker
	Zimt, zum Abschmecken
	Zucker, zum Abschmecken
	Salz

Zubereitung

Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Eine Auflaufform mit Butter einpinseln.

Die Äpfel waschen, in mundgerechte Stücke schneiden und in die Form geben. Eine Zitrone waschen, etwas Schale abreiben und beiseite legen. Anschließend die Zitrone auspressen und den Saft zu den Äpfeln geben. Außerdem mit etwas Zimt und Zucker abschmecken. Zwei Eier trennen und das Eigelb mit Zucker, Sahne und Salz verrühren und über die Äpfel geben.

Für die Streusel das Mehl mit kalter Butter, Zucker, Honig, Zitronenschale und geriebenen Mandeln grob vermengen und über die Äpfel geben. Den Auflauf bei 180 Grad für 20 Minuten im Backofen backen lassen, bis er goldbraun ist. Zehn Minuten vor dem Servieren heraus nehmen, um den Apple Crumble dann lauwarm zu servieren.



Hauptgang: „Vegane Gemüse-Tortilla“ von Daniel Suckrow

Zutaten für zwei Personen

Für die Tortilla:

2	Tortillas
1	rote Paprika
1	Zucchini
1	rote Zwiebel
80 g	Dosenmais
30 g	schwarze Oliven, in Öl
140 g	veganer Käse
1 EL	Bio-Margarine
½ Bund	Koriander
200 g	vegane Nachos

Für die Sauce:

50 g	Tomatenmark
½ TL	gemahlener Kreuzkümmel
½ TL	gemahlener Koriander
½ TL	edelsüßes Paprikapulver
1 EL	Olivenöl
	Meersalz
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Sauce das Tomatenmark mit Kreuzkümmel, Korianderpulver und dem Paprikapulver sowie 20 Millilitern Wasser und dem Olivenöl vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Paprika waschen, halbieren, entkernen, von Scheidewänden befreien und in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebel abziehen und in Scheiben schneiden. Die Zucchini von den Enden befreien und in kleine Stücke schneiden. Den Mais abtropfen lassen und die Oliven in feine Ringe schneiden.

Die Margarine in einer Pfanne erhitzen und darin die Zwiebelringe, Paprika- und Zucchinistücke für etwa drei Minuten anbraten. Anschließend die Hitze reduzieren, den Mais und die Oliven dazugeben und für weitere zwei Minuten braten. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Käse bestreuen und vermengen.

Die Korianderblätter abzupfen und klein schneiden. Die Tortillas für circa zwei Minuten im Backofen kross backen.

Eine Tortilla mit der Sauce einstreichen, den Pfanneninhalt darauf verteilen, mit dem Koriander und zerbröselten Nachos bestreuen und mit der zweiten Tortilla abschließen. Das Ganze auf Tellern anrichten und in sechs Stücke teilen.



Dessert: „"Kirsch-Vanilleghetti"“ von Daniel Suckrow

Zutaten für zwei Personen

Für die Vanilleghetti:

150 g	Vollkornreis-Spaghetti
200 g	Sauerkirschen
50 ml	Hafermilch
80 g	Cashewmus
70 g	Reissirup
1	Vanilleschote
1 Prise	Meersalz

Zubereitung

Die Reisspaghetti in leicht gesalzenem kochendem Wasser acht bis zehn Minuten bissfest kochen, in einem Sieb abtropfen lassen.

Währenddessen die Kirschen, mit etwas Kirschsafte in einen Topf geben, Topf mit einem Deckel schließen und die Kirschen bei mittlerer Hitze etwa zwei Minuten warm werden lassen. Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Das Cashewmus, die Hafermilch, das Reissirup und das Vanillemark miteinander vermengen und mit den gekochten Nudeln vermischen.

Die Milchnudeln in Gläser füllen und die heißen Kirschen darüber verteilen. Im Glas servieren.



Hauptgang: „Kabeljau im Salamimantel mit Pfannengemüse“ von Peggy Graff

Zutaten für zwei Personen

Für den Kabeljau:

- 1 Kabeljaufilet à 300 g
- 4 Scheiben Salami
- 4 TL Olivenöl
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Pfannengemüse:

- 200 g Kartoffeln
- 200 g Cherrystrauchtomaten
- 3 Stangen Staudensellerie
- 10 schwarze Oliven
- 3 Schalotten
- 2 Zehen Knoblauch
- 4 TL Olivenöl
- 2 EL Sherryessig
- 2 Zweige Basilikum
- Fleur de Sel
- 1 Prise Zucker
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 120 Grad Ober-und Unterhitze vorheizen.

Das Kabeljaufilet waschen, trocken tupfen und mit den Salamischeiben umhüllen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Fisch darin von jeder Seite anbraten, anschließend im Ofen etwa zehn Minuten garen lassen.

Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den Sellerie putzen und in dünne Ringe schneiden. Den Knoblauch und die Schalotten abziehen, in dünne Scheiben bzw. Ringe schneiden. Die Tomaten waschen und vierteln.

Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, den Knoblauch und die Schalotten darin anschwitzen, alles mit dem Zucker bestreuen und karamellisieren.

Die Kartoffeln und die Sellerie hinzugeben mit zwei bis drei Esslöffel Wasser zugedeckt fünf Minuten garen. Dann die Tomaten und die Oliven hinzugeben und kurz in der Pfanne schwenken. Das Gemüse schließlich mit dem Fleur de Sel und dem Essig abschmecken.

Die Basilikumblätter vom Stiel zupfen und unterheben.

Kabeljau aus dem Ofen nehmen und pfeffern.

Das Kabeljaufilet mit dem Pfannengemüse auf Tellern anrichten und servieren.



Dessert: „Heidelbeer-Baiser-Mascarpone-Creme“ von Peggy Graff

Zutaten für zwei Personen

100 g	Heidelbeeren
1 EL	Heidelbeerkonfitüre
50 g	Zartbitterschokolade
25 g	Baiser
100 g	Mascarpone
200 g	Magerquark
1	Vanilleschote
100 g	Schlagsahne
25 g	Zucker

Zubereitung

Die Heidelbeeren verlesen, waschen und gut abtropfen lassen. Die Beeren mit der Konfitüre verrühren. Die Baisers zerkrümeln. Die Schokolade raspeln. Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen.

Die Mascarpone, den Quark, den Zucker und das Vanillemark glatt rühren.

Die Sahne steif schlagen und unterheben. Die Baisers und die Schokoladenraspel dazugeben, dann die Heidelbeermischung unterheben.

Das Heidelbeercreme in Schüsseln anrichten und servieren.