

| Die Küchenschlacht - Menü am 28. April 2015 | „Vorspeisen“ Alfons Schuhbeck



Vorspeise: „Ravioli mit Flusskrebs-Ricotta-Füllung und Safranschaum“ von Manfred Winkler

Zutaten für zwei Personen

Für den Ravioli Teig:

3 Eier
1 TL Rapsöl
150 g Weizenmehl
50 g Hartweizengrieß
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Ravioli-Füllung:

150 g Flusskrebsfleisch
50 g rote Zwiebel
2 Zehen Knoblauch
1 EL Öl
3 EL Ricotta
1 Bund Petersilie
1 Zweig Rosmarin
1 Bund Kerbel
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Safranschaum:

1 Zitrone
1 Orange
100 ml Sahne
150 ml Fischfond
0,05 g Safran
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

In einem Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen.

Zwei der Eier trennen. Das Mehl, den Grieß, das Öl, ein ganzes Ei und zwei Eigelbe mit zwei Esslöffeln Wasser und einer Prise Salz in eine Schüssel geben und zu einem festen Teig kneten. Den Teig in Klarsichtfolie einrollen und 20 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

In der Zwischenzeit die Füllung vorbereiten. Den Rosmarin, den Kerbel und die Petersilie gründlich waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Die Kräuter sehr fein hacken.

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden.



Das Krebsfleisch in kleine Stücke schneiden. Alle Zutaten für die Füllung in einer Schüssel gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Teig mit der Nudelmaschine zwei bis drei Millimeter ausrollen und mit einem Teiggrädchen in fünf Zentimeter große Quadrate schneiden. Auf die Hälfte der Nudelquadrate jeweils einen Esslöffel Füllung in die Mitte geben. Die Ränder mit dem Eiweiß bestreichen und mit der zweiten Hälfte der Nudelquadrate belegen. Die Ränder mit einer Gabel festdrücken.

Die Ravioli im erhitzten Salzwasser zehn bis zwölf Minuten garen. Anschließend die Ravioli abseihen.

Für den Safranschaum die Zitrone halbieren und auspressen. Die Schale der Orange abreiben. In einem kleinen hohen Topf den Fischfond, den Safran und die Sahne erwärmen. Mit dem Zitronensaft, dem Orangenabrieb, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit dem Pürierstab schaumig schlagen.

Die Ravioli auf Tellern anrichten und mit dem Safranschaum übergießen und servieren.



Vorspeise: „Feldsalat mit Belugalinsen und lauwarmen Süßkartoffeln“ von Valerie Hilser

Zutaten für zwei Personen

Für die Belugalinsen:

75 g Feldsalat, gewaschen
75 g Linsen (Beluga- oder Berglinsen)

Für die lauwarmen Süßkartoffeln:

350 g Süßkartoffeln
1 EL Pflanzenöl
Salz, aus der Mühle
Cayennepfeffer

Für das Dressing:

250 g Joghurt, Vollmilch oder 1,5%
½ EL mittelscharfer Senf
1 EL Honig
1/2 Bund Schnittlauch
1 EL Rapsöl
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und die Linsen darin etwa 20 Minuten bissfest garen.

Die Süßkartoffeln schälen, achteln und mit einem Esslöffel Öl, Salz und Cayennepfeffer auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und im Backofen auf mittlerer Schiene circa 20 bis 25 Minuten backen.

Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden. Den Joghurt mit dem Senf, dem Schnittlauch, Salz, Pfeffer, dem Öl und dem Honig zu einer Vinaigrette verrühren.

Den Feldsalat waschen und trocken schleudern.

Die Linsen abschütten, abtropfen lassen und die Vinaigrette untermengen. Anschließend den Feldsalat hinzufügen, nochmals alles vermengen und mit den Süßkartoffeln aus dem Backofen auf Tellern anrichten und servieren.



Vorspeise: „Erbsen-Minzcremesuppe mit gebackener Riesengarnele“ von Tim Biebighäuser -Becker

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe:

300 g	Erbsen (tiefgekühlt)
1 Zehe	Knoblauch
1	Zwiebel
1	Limette
1 EL	Crème fraîche
1 EL	Joghurt
500 ml	Rinderfond
1 Bund	Minze
	Estragon, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnelle:

2	Riesengarnelen
2	Eier
100 g	Pankomehl
50 g	Mehl
	Öl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Einen Topf mit etwas Öl auf dem Herd erhitzen.

Die Zwiebel und die Knoblauchzehe abziehen, sehr fein hacken und in das heiße Öl geben. Anbraten bis die Zwiebeln glasig sind. Anschließend die Erbsen hinzugeben und den Rinderfond aufgießen. Bei mittlerer Hitze nun zehn bis 15 Minuten vor sich hin garen lassen, bis sie weich sind. Nach sieben Minuten eine kleine Menge Erbsen herausnehmen, abschrecken und in einer Schale aufbewahren.

In der Zwischenzeit die Limette und die Riesengarnelen waschen und trocken tupfen. Anschließend die Garnelen mit Salz, Pfeffer und ein wenig Limettenabrieb abschmecken. Die Eier trennen und die Eigelbe verquirlen. Die Garnelen erst mehlieren und anschließend durch das Eigelb ziehen. Mit Pankomehl panieren und zur Seite stellen.

Etwas Minze waschen und sehr fein hacken. Anschließend mit einem Esslöffel Joghurt vermengen und kalt stellen.

Zu den weichgekochten Erbsen nun nach Geschmack Crème fraîche, Sahne, Salz, Pfeffer und Estragon hinzugeben und die Masse weich pürieren. Eventuell passieren oder durch ein feines Sieb geben. Nach und nach nun die fein gehackte Minze und etwas Limettensaft unter die Suppe geben und abschmecken. Die Minze sollte nicht zu dominant sein. Anschließend die Suppe warm stellen.



Die Garnelen in einer Pfanne mit viel Öl nicht zu lange ausbacken, da die Garnelen in der Mitte noch glasig sein sollten. In die Mitte eines Suppentellers ein Türmchen aus den nicht pürierten Erbsen geben. Die Suppe außen herum geben und etwas von dem Minzjoghurt fein einrühren.

Die gebackenen Garnelen auf das Türmchen setzen und mit einem Minzblatt anrichten und servieren.



Vorspeise: „Gebackene Pilze mit Pinienkern-Kräuter-Füllung und Avocado-Dip“ von Daniel Suckrow

Zutaten für zwei Personen

Für die gebackenen Pilze:

8	große braune Champignons
2	getrocknete Tomaten (in Öl)
1	große rote Zwiebel
4 EL	Olivenöl
20 g	Pinienkerne
1 EL	Cashewmus
½ Bund	Basilikum
1 Zweig	Oregano
60 g	Semmelbrösel
	Meersalz
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Avocado-Dip:

1	Avocado
1	Zitrone
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad Ober-und Unterhitze vorheizen.

Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Die Pilze putzen, den Stiel herausbrechen und vorsichtig die Lamellen mit einem Teelöffel herauskratzen. Die Tomaten waschen und fein hacken. Das Basilikum waschen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen. Acht Blättchen für die Garnitur aufheben und den Rest fein hacken. Den Oregano fein hacken.

Zwei Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin bei mittlerer Hitze drei Minuten anbraten. Die Pinienkerne, den Oregano und die Tomaten dazugeben und weitere zwei Minuten braten. Das Cashewmus und drei Esslöffel Wasser dazugeben und unterheben. Wenige Sekunden weitergaren, dann vom Herd nehmen. Die Semmelbrösel und das Basilikum unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Champignons von außen mit dem restlichen Öl bepinseln und leicht salzen. Mit der Füllung füllen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und auf der mittleren Schiene zehn bis 15 Minuten backen.

Für den Dip die Avocado halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch aus der Schale lösen. Die Zitrone halbieren und auspressen. Die Avocado mit einer Gabel zerdrücken und mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken.

Die gefüllten Champignons auf Tellern anrichten, mit den Basilikumblättchen garnieren und den Avocado-Dip dazu servieren.



Vorspeise: „Lachstatar mit Römersalat und Avocado mit Wasabi-Dressing und gerösteten Cashewkernen“ von Peggy Graff

Zutaten für zwei Personen

Für die Vinaigrette:

1	Römersalat
1 TL	Ahornsirup
1	Limette
1 TL	Wasabipaste
100 ml	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Lachstatar:

200 g	Räucherlachs
2 Stangen	Staudensellerie
2 EL	Schnittlauch
4 EL	Olivenöl
1	Limette
1	Avocado
	Fleur de Sel
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

2 EL	Cashewkerne
1	Ingwer
1 EL	Olivenöl
1 Stiel	Zitronenverbene

Zubereitung

Den Römersalat putzen und waschen. Die äußeren Blätter ablösen, die Salatherzen für das Tatar aufbewahren.

Die Limette halbieren und auspressen.

Die Salatblätter, den Ahornsirup, den Limettensaft, den Wasabi und das Olivenöl fein pürieren.

Den Räucherlachs in kleine Würfel schneiden. Die Staudensellerie waschen und schälen, die Fäden abziehen und ebenfalls in Würfel schneiden. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Die Limette halbieren und auspressen. Die Lachswürfel mit der Staudensellerie und dem Schnittlauch vermischen. Mit zwei Esslöffel Öl, etwas Limettensaft, dem Fleur de Sel und Pfeffer abschmecken.

Die Salatherzen in feine Streifen schneiden. Die Avocado halbieren, vom Kern lösen, schälen und würfeln. Die Salatstreifen und die Avocadowürfel je mit Pfeffer, etwas Limettensaft und je einem Esslöffel Olivenöl separat abschmecken.



Vom Ingwer ein Stück abschneiden, schälen und in kleine Würfel schneiden.

Den Ingwer in Olivenöl zart rösten, die Cashewkerne dazugeben und mit rösten.

Mit der Hilfe eines Servierrings zunächst die Salatstreifen auf einen Teller anrichten. Darauf das Lachstatar geben und die Avocado oben drauf geben. Den Ring abnehmen, mit dem Wasabidressing anrichten und mit der Cashew-Ingwer-Mischung und den Zitronenstrauchblättern garnieren und servieren.