

## | Die Küchenschlacht - Menü am 17. April 2015 | „Finalgerichte“ Alfons Schuhbeck



### **Finalgericht: „Kalbsrückensteak mit Kartoffel-Gemüse-Gröstl und Estragon-Limetten-Dip“ von Alfons Schuhbeck**

#### **Zutaten für zwei Personen**

##### *Für das Fleisch:*

2 Kalbsrückensteaks à 150 g, küchenfertig, ohne Fettrand  
½ TL Öl  
Salz  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

##### *Für den Dip:*

100 g griechischer Joghurt  
2 EL Geflügelfond  
1 Limette  
4 bis 5 Estragonblättchen  
1 Prise Zucker  
mildes Chilisalz

##### *Für das Gemüse:*

4 Stangen grüner Spargel  
4 Stangen weißer Spargel  
2 festkochende Kartoffeln  
2 Karotten  
1 Knoblauchzehe  
4 cm Ingwer  
1 Zitrone  
70 ml Gemüsefond  
2 TL kalte Butter  
1 Prise gemahlener Kümmel  
1 Prise getrockneter Majoran  
1 Zweig glatte Petersilie  
1 TL Öl  
mildes Chilisalz  
Salz  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### **Zubereitung**

Für den Dip die Limettenschale abreiben und den Saft auspressen. Den Joghurt mit dem Fond verrühren und mit einigen Tropfen Limettensaft, dem Limettenabrieb, dem Estragon sowie einer Prise Zucker und Chilisalz würzen.

Für das Gemüse die Kartoffel waschen, schälen und in zentimetergroße Würfel schneiden. In Salzwasser knapp gar kochen, auf ein Sieb abgießen und auskühlen lassen. Kurz vor dem



Servieren eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Kartoffelwürfel darin goldbraun anbraten. Mit einer Prise gemahlenem Kümmel, Majoran, Salz und Pfeffer würzen und einen Teelöffel Butter hinzufügen.

Den grünen Spargel nur im unteren Drittel schälen. Die holzigen Enden des weißen Spargels wegschneiden und den Rest schälen. Die Karotten ebenfalls schälen, je nach Dicke längs halbieren und mit den beiden Spargelsorten schräg in einen halben bis einen Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Die Karottenscheiben mit dem Fond in einen Topf geben. Ein Blatt Backpapier darauf legen und 12 bis 15 Minuten weich garen. Nach sechs bis acht Minuten den Spargel hinzufügen und alles zusammen fertig garen. Währenddessen den Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Am Ende der Garzeit einen Teelöffel kalte Butter mit Knoblauch, Ingwer, Zitronenschale und Petersilie hinzufügen und mit Chilisalz würzen.

Für das Fleisch eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Öl mit einem Pinsel darin verteilen. Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Anschließend etwa zweieinhalb Minuten anbraten, bis es an der Oberfläche leicht zu schwitzen beginnt und sich nach oben wölbt. Die Steaks wenden, noch einmal etwa zweieinhalb Minuten braten, bis sich die Fleischstücke wieder nach oben wölben und rötlicher Fleischsaft austritt.

Die Steaks vom Herd nehmen, in der Pfanne noch ein bis zwei Minuten ziehen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Je ein Fleischsteak auf einen warmen Teller legen, das Gemüse daneben anrichten, die Kartoffelwürfel dazwischen platzieren und den Dip außen herum träufeln.



## **Final-Vorspeise: „Zitronensuppe mit Garnelen“ von Margarethe Hoffmann-Decker**

### **Zutaten für zwei Personen**

*Für die Zitronensuppe:*

75 g	Eismeergarnelen, in einer Salzlake
½	Zitrone
½	Orange
1	Schalotte
1	rote Paprika
125 g	Sahne
300 ml	Hühnerfond
1 EL	Butter
1 EL	Mehl
1 Zweig	Zitronenmelisse, zum Garnieren

### **Zubereitung**

Die Butter in eine Pfanne geben und mit mittlerer Hitze vorbereiten.

Die Orange und die Zitrone filetieren. Die Schalotte abziehen und fein würfeln. Die Paprika waschen, trocknen, halbieren und von Kernen und Scheidewänden befreien. Anschließend in kleine Würfel schneiden. Obst und Gemüse nun gemeinsam in der Pfanne andünsten, Sahne und Fond dazugeben und köcheln lassen. Bei Bedarf mit der übrigen Butter und dem Mehl andicken.

Die Garnelen längs am Rücken aufschneiden, entdarmen, von der Schale befreien, waschen und trocken tupfen. Anschließend in die Suppe geben.

Die Zitronenmelisse waschen, trocknen und die Blätter abzupfen.

Die Suppe auf Tellern anrichten und mit der Zitronenmelisse garniert servieren.



## ***Final-Vorspeise: „Camembert mit Honig-Walnuss-Kruste und Rucolasalat“ von Hannah Baunach***

### **Zutaten für zwei Personen**

2	kleine Camemberts
4	Pflaumen
2	Schalotten
1	Knoblauchzehe
60 g	Walnüsse
60 g	Pinienkernen
5 EL	Honig
3 EL	weißer Balsamico
1 EL	Dijon Senf
100 g	Rucola
2 Scheiben	Toast
150 g	Butter
	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 180 Grad Oberhitze vorheizen.

Die Walnüsse mit dem Toast in einer Moulinette zerkleinern und anschließend mit dem Honig und der Butter vermengen. Die Kruste auf die Camemberts geben und im Backofen gratinieren.

Den Knoblauch und die Schalotten abziehen, klein schneiden und in Olivenöl anbraten. Anschließend mit dem Balsamico ablöschen und mit dem Senf verfeinern.

Die Pflaumen halbieren, entsteinen und in dünne Scheiben schneiden. Den Rucola waschen, trocken schleudern und mit der Vinaigrette beträufeln.

Den Rucolasalat mit den Pflaumen und mit den überbackenen Camemberts auf Tellern anrichten und servieren.