

# | Die Küchenschlacht - Menü am 14. April 2015 | „Vorspeisen“ Alfons Schuhbeck



## **Vorspeise: „Rote-Bete-Salat mit Räucherlachs“ von Margarethe Hoffmann-Decker**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für den Rote-Bete-Salat:*

1 Knolle	Rote Bete, vakuumiert
20 g	Mandelblättchen
½	säuerlichen roten Apfel
1	Zitrone
1 EL	Apelessig
2 EL	naturtrüber Apfelsaft
1 EL	Akazienhonig
1 EL	Nussöl
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für den Räucherlachs:*

2 Scheiben	Räucherlachs
½	Zwiebel
½ EL	Butterschmalz, zum Anbraten
1 Bund	krause Petersilie, zum Garnieren
100 ml	Sahnemeerrettich, zum Garnieren
	Mehl, zum Bestäuben
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Für den Rote-Bete-Salat die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Die Rote Bete in dünne Stifte hobeln. Den Essig mit dem Apfelsaft verrühren und mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken. Das Öl unterschlagen, die Hälfte des Dressings mit der Roten Bete mischen und zugedeckt kalt stellen.

Für den Räucherlachs das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen.

Die Zwiebel abziehen und anschließend in feine Ringe schneiden. Mit dem Mehl bestäuben und in dem heißen Butterschmalz rösten. Die Ringe auf Küchenpapier abtropfen lassen. Den Apfel waschen, abtrocknen und in dünne Blättchen schneiden. Die Zitrone halbieren und auspressen. Den Saft über die Apfelblättchen träufeln und diese im übrigen Schmalz kurz andünsten. Die Rote Bete mit den Mandelblättchen, den Apfelblättchen und dem restlichen Dressing vermengen und abschmecken. Anschließend auf Tellern drapieren.

Den Lachs in Streifen schneiden und mit den gerösteten Zwiebeln auf dem angerichteten Salat verteilen. Den Salat mit dem Meerrettich und der Petersilie garniert servieren.



## **Vorspeise: „Asiatische Tomatensuppe mit Garnelenspieß“ von Florian Scheil**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die asiatische Tomatensuppe:*

750 ml	Gemüsefond
3	Strauchtomaten
1	Zwiebel
½	Banane
1 Stück	Ingwer (etwa 2,5 cm)
1	Knoblauchzehe
1 Priesse	gemahlener Ingwer
1 EL	mildes Mango-Chutney
1 EL	Crème fraîche, zur Garnitur
	mildes Currypulver, zum Abschmecken
100 ml	Kokosmilch
2 EL	Sahne
	Sesamöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für den Garnelenspieß:*

4	Riesengarnelen
1	Chilischote
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Für die Tomatensuppe etwas Öl in einer Pfanne erhitzen.

Die Zwiebel fein hacken und in der Pfanne glasig anbraten. Den Knoblauch abziehen, fein hacken und gemeinsam mit dem Ingwer, dem Ingwerpulver und dem Currypulver in die Pfanne geben.

Die Tomaten waschen, ebenfalls in die Pfanne geben und alles fünf Minuten anbraten.

Das Ganze mit Gemüsefond ablöschen und 15 Minuten weiter köcheln lassen. Anschließend die Banane, die Sahne und die Kokosmilch dazugeben und pürieren.

Das Mango Chutney unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Garnelen waschen und putzen, gemeinsam mit der Chilischote in etwas Öl glasig anbraten, mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Suppe in einem tiefen Teller anrichten und gemeinsam mit den Garnelen servieren.



## **Vorspeise: „Fenchel-Orangen-Salat mit Blätterteig-Kräutercreme-Talern“ von Johanna Gerber**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für den Salat:*

1	Orange
1	Granatapfel
1	mittelgroßer Fenchel
25 ml	Sojasahne
5 ml	Rotweinessig
1 Zweig	Dill
1	Knoblauchzehe
10 ml	Rapsöl
	Zucker, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Kräutercremetaler:*

100 g	fester Natur-Tofu
7 g	Hefeflocken
1 Platte	vegane Blätterteig
1	Zitrone
1	Knoblauchzehe
25 g	vegane Butter
50 ml	Sojasahne
1 Bund	Schnittlauch
1 Bund	Petersilie
1 Zweig	Dill
1 Zweig	Kerbel
	gemahlener Kümmel, zum Würzen
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Für den Salat die Knoblauchzehe abziehen, halbieren und eine Schüssel mit der Zehe kräftig ausreiben. Den Dill fein hacken. Aus dem Essig, dem Öl, der Sahne, dem Dill, dem Zucker, dem Salz und dem Pfeffer ein Dressing anrühren. Den Fenchel putzen, mit einem Hobel in das Dressing reiben und gut mischen. Die Orange filetieren und die Filets vorsichtig unterheben. Den Granatapfel halbieren, vorsichtig einige der Kerne herauslösen und über den Salat geben.

Für die Taler aus dem Blätterteig Kreise ausstechen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Blätterteig-Kreise darauf verteilen. Für etwa 15 Minuten backen, anschließend abkühlen lassen und leicht platt drücken.

Die vegane Butter in einem Topf zum Schmelzen bringen.



Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Den Knoblauch abziehen und klein hacken. Anschließend den Tofu, die Sahne, die zerlassene Butter, den Knoblauch und einen halben Esslöffel Zitronensaft in einem Gefäß vermengen und pürieren. Die Hefeflocken unterrühren und anschließend die Kräuter waschen, trocken tupfen und dazugeben. Mit Kümmel, Pfeffer und ausreichend Salz abschmecken.

Mit dem Spritzbeutel die Kräutercrème auf den ausgekühlten Blätterteig spritzen. Anschließend Salat und Blätterteigtaler zusammen auf Tellern anrichten und servieren.



## **Vorspeise: „Loup de mer mit Harissa-Butter, Rhabarber-Mangold-Gemüse und Orangen-Hollandaise“ von Hannah Baunach**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für Fisch:*

2	Loup de mer filets à 120 g, mit Haut
1	Knoblauchzehe
70 g	Butter
1 TL	Harissa
Zweig	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Orangen-Hollandaise:*

300 ml	Orangensaft, frisch gepresst
1	Lorbeerblatt
1	Knoblauchzehe
1 Zweig	Thymian
4	Eier
250 g	Butter
	Cayennepfeffer, zum Würzen
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für das Rhabarber-Mangoldgemüse:*

2 Stangen	Rhabarber
2	Babymangold
50 g	Butter
40 g	geröstete Macadamianüsse
20 g	Ingwer
5 EL	Zucker
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Loup de mer-Filets waschen, trocken tupfen, salzen, pfeffern und anschließend in einer beschichteten Pfanne in etwas Olivenöl von allen Seiten anbraten. Für circa acht bis zehn Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Die Butter mit den Kräutern im Ganzen, der Knoblauchzehe und dem Harissa in die Pfanne geben, den Seeteufel aus dem Ofen nehmen und in der Butter nochmals von allen Seiten wenden und mit Butter immer wieder übergießen.

Den Orangensaft mit dem Lorbeerblatt, einer angedrückten Knoblauchzehe und dem Thymianzweig in einem Topf auf 90 Millilitern reduzieren und anschließend durch ein Sieb gießen.



Das Ei trennen. Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Und die Butter für die Hollandaise schmelzen und ein wenig abkühlen lassen. Die Reduktion mit dem Eigelb auf einem Wasserbad aufschlagen und die temperierte zerlassene Butter langsam einrühren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Cayenne abschmecken und auf die Seite stellen.

Für das Rhabarber-Gemüse den Rhabarber und den Mangold putzen und in kleine Stücke schneiden. Den Ingwer schälen und klein schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und darin den Mangold bei milder Hitze weich garen, den Rhabarber und die Macadamianüsse dazugeben mit etwas Zucker, Salz, Pfeffer und Ingwer abschmecken.

Die Fischfilets in Scheiben schneiden und mit dem Rhabarber-Mangold-Gemüse auf Tellern anrichten und mit der Orangen-Hollandaise servieren.



## **Vorspeise: „Scharfer Cajun-Puten-Salat“ von Hartmut Slex**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für das Putenfleisch:*

3	Putenbrustfilets à 120 g
2 EL	Rapsöl
1/2 TL	Chilipulver
	getrockneter Oregano, zum Würzen
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
	weißer Pfeffer, zum Abschmecken

#### *Für die Marinade:*

½ Bund	Lauchzwiebeln
1	Zwiebel
½ Bund	Dill
½	Knoblauchzehe
1 EL	Paprikapulver
1 EL	getrockneter, scharfer Paprika
½ TL	getrockneter Thymian
1 TL	Honig
1 EL	milder Weißweinessig
1 EL	Olivenöl
1 EL	Zucker
	Salz, aus der Mühle
	bunter Pfeffer, aus der Mühle

#### *Außerdem:*

1	Roggenbaguette
---	----------------

### **Zubereitung**

Für die das Putenfleisch das Öl gemeinsam mit dem Chilipulver, dem Oregano, dem Salz und dem Pfeffer in eine Rührschüssel geben und verrühren. Die Putenfilets darin wenden und in einer Pfanne von allen Seiten scharf anbraten. Anschließend die Temperatur verringern und die Filets für fünf Minuten unter einmaligem Wenden gar ziehen lassen. Das Fleisch in der Pfanne salzen, herausnehmen und leicht abkühlen lassen.

Für die Marinade die Lauchzwiebeln waschen, trocken tupfen und in feine Ringe schneiden. Den Dill waschen, trocken tupfen und grob schneiden. Die Knoblauchzehe abziehen und pressen. Die Lauchzwiebeln, den Dill und den Knoblauch mit dem Paprikapulver, sowie dem Essig und dem Olivenöl zu einer Marinade verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Zucker und Honig pikant abschmecken.

Die inzwischen leicht abgekühlten Filets mit einem scharfen Messer in fünf Millimeter dicke Scheiben schneiden und in die Marinade geben.

Anschließend den Salat auf Tellern anrichten und mit dem Roggenbaguette servieren