

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 15. Juli 2024** ▪
Leibgerichte mit Björn Freitag



Dirk Trosdorf

**Entrecôte mit Rotweinsauce, Bratkartoffel-Schnitzen,
gebratenem Pfirsich und Tomatensalat**

Zutaten für zwei Personen

Für das Entrecôte:

- 2 Scheiben Entrecôte, 3,5 cm dick
- 2 Schalotten
- 1 Knolle frischer Knoblauch
- 1 Bund Rosmarin
- Butter, zum Braten
- Olivenöl, zum Braten
- 1 EL feine Chiliflocken
- Fleur de Sel, zum Würzen
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 80 Grad Heißluft vorheizen.

Entrecôte bei mittlerer Hitze, von beiden Seiten, in einer Pfanne mit Öl je 3 Minuten anbraten. Pfanne vorher leicht salzen. Schalotten und Knoblauch abziehen und feinschneiden. Nach dem Wenden des Fleisches Butter, Schalotten, Knoblauch, Rosmarin und Chili dazugeben. Dann Fleisch bei 80 Grad in den Ofen geben. Thermometer hineinstecken und beobachten. Bei einer Kerntemperatur von 56 Grad aus dem Ofen nehmen und leicht bedeckt noch etwas ruhen lassen. Nach dem Aufschneiden mit Fleur de Sel und schwarzen Pfeffer würzen.

Für die Rotweinsauce:

- 1 rote Chilischote
- 100 g Butter
- 3 EL Tomatenmark mit
Wurzelgemüsegeschmack
- 350 ml trockener Rotwein
- 150 ml Portwein
- 300 ml Rinderfond
- 1 EL glatte Pfirsichmarmelade
- 3 Zweige Thymian
- 3 Zweige Rosmarin
- 50 g Weizenmehl
- 2 EL Puderzucker
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Sobald das Fleisch aus der Pfanne ist, den Puderzucker hineingeben und karamellisieren lassen, Tomatenmark dazugeben und anrösten. Mit Portwein ablöschen. Einkochen lassen und dann Rotwein hinzugeben. Einkochen lassen und nach Bedarf nachgießen. Pfirsichmarmelade dazugeben. Wenn die Sauce zu kräftig wird, mit Fond nachfüllen. Thymian und Rosmarin einlegen und etwas mitkochen lassen, aber nicht zu lange. Chili entkernen, kleinschneiden und dazugeben. Nach Bedarf mit Mehlbutter binden. Vor dem Servieren durch ein Sieb gießen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Bratkartoffel-Schnitze:

- 2 große festkochende Kartoffeln
- Butter, zum Braten
- 2 Zweige Rosmarin
- 1 EL rosenscharfes Paprikapulver
- 100 ml Sonnenblumenöl
- 100 ml kaltgepresstes Olivenöl
- Fleur de Sel, zum Würzen
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln in 1 cm dicke Scheiben schneiden und daraus Streifen von ca. 2-3 cm Breite, etwas schief, herstellen. Streifen bei geringer Hitze von beiden Seiten in Öl braun anbraten. Butter und Rosmarin hinzugeben. Herausnehmen, entfetten, mit Paprikapulver, Fleur de Sel und Pfeffer würzen und direkt servieren.

Für den Pfirsich: Pfirsich in 3 cm dicke Ringe schneiden und bei geringer Hitze in Öl braten bis er eine schöne Farbe hat und gar ist. Dann Thymian, Fleur de Sel und Piment d'Espelette drüberstreuen.
2 große Pfirsiche, nicht zu reif
4 Zweige Thymian
Piment d'Espelette, zum Würzen
Fleur de Sel, zum Würzen
100 ml kaltgepresstes Olivenöl

Für den Tomatensalat: Schalotten und Knoblauch abziehen. Tomaten und Schalotten in mundgefällige Stücke schneiden und in eine Schüssel geben. Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Basilikum zupfen, grob schneiden und eine Vinaigrette aus den Ölen, Essig, Senf, Ingwer, Knoblauch, Salz und Pfeffer anrühren. Kurz vor dem Servieren vorsichtig vermischen.
3 Tomaten, Sorte Miranda
2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
3 Zweige Basilikum
1 TL Dijonsenf
1 TL Ingwersirup
2 EL Weißweinessig
6 EL Sonnenblumenöl
6 EL kaltgepresstes Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Vera Melzer

Sommerliche Pasta verdure mit gerösteten Pinienkernen

Zutaten für zwei Personen

Für den Nudelteig:

200 g Weizenmehl, Type 00
2 Eier, Größe M
Etwas Olivenöl
1 TL Salz

Das Mehl, die Eier und etwas Salz zu einem geschmeidigen Nudelteig verkneten. Öl nach Bedarf hinzugeben. Teig zum kühlen in Frischhaltefolie wickeln und in den Kühlschrank geben.

Nach ca. 15 Minuten herausnehmen und mit Hilfe der Nudelmaschine ausrollen und zu Bandnudeln formen.

Für die Gemüse-Sauce:

1 kleine Aubergine
1 Zucchini
1 rote Paprikaschote
2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
1 Schuss Sahne
100 ml passierte Tomaten
Zucker, zum Abschmecken
1 TL rosenscharfes Paprikapulver
1 TL Chilipulver
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Reichlich Wasser für die Nudeln aufsetzen. Schalotten abziehen, halbieren und in Streifen schneiden. Aubergine und Zucchini putzen, längs halbieren und in 0,5 cm dicke Stücke schneiden. Paprika vierteln, entkernen und in 2 cm große Stücke schneiden.

Kochendes Nudelwasser salzen. Nudeln darin bissfest garen.

1 Esslöffel Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Auberginen darin bei mittlerer bis starker Hitze 3 Minuten braten. 2 Esslöffel Öl, Schalotten, Knoblauch, Zucchini und Paprika dazugeben und alles bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten braten. Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten dazu gießen und alles aufkochen

Nudeln abgießen. Dabei ca. 100 ml Nudelwasser auffangen. Nudeln und Nudelwasser mit Gemüse-Sugo und Sahne mischen und einmal kurz aufkochen. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Chili und einer Prise Zucker würzen.

Für die Garnitur:

200 g Pinienkerne
1 Zitrone, Abrieb
2 Zweige Basilikum
1 kleines Stück Parmesan

Pinienkerne in einer Pfanne hellbraun rösten und herausnehmen.

Basilikumblätter abzupfen und etwas Zitronenabrieb abreiben. Alles über die Pasta geben. Zum Abschluss noch etwas Parmesan über die Nudeln hobeln.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Lucas Schacht

Schokoladen-Hähnchen mit Zitronen-Bratreis

Zutaten für zwei Personen

Für das Hähnchen:

2 Hähnchenschenkel à 250 g
 1 Fleischtomate
 1 Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 1 rote frische Chilischote
 100 g geröstete Mandeln, ohne Schale
 100 g Rosinen
 100 g Schokoraspeln, 80 % Kakao
 500 ml Geflügelfond
 2 EL helle Sesamsamen
 1 TL gemahlener Zimt
 1 TL gestoßener Koriander
 Sonnenblumenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Hähnchenschenkel abspülen, trocken tupfen und pfeffern. 2 Esslöffel Öl in einer Pfanne erhitzen und Schenkel auf der Hautseite 5 Minuten anbraten. Bei niedriger Hitze das Fleisch 15 Minuten weiter garen. Fleisch wenden und 15 Minuten auf gleiche Weise garen.

Tomate heiß überbrühen, enthäuten und entkernen. Chilischote entkernen und in Ringe schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und grob hacken. Alles zusammen mit Sesam, Zimt, Koriander und 250 ml Fond in einem Mixer fein pürieren. Rosinen und Mandeln anschließend unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2 Esslöffel Sonnenblumenöl erhitzen, die Paste dazugeben und bei mittlerer Hitze 5 Minuten unter ständigem Rühren köcheln. Restlichen Fond und die Schokolade in Etappen hineinrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Am Ende über das Fleisch geben.

Für den Reis:

100 g Jasminreis
 1 Zitrone, Abrieb & Saft
 Öl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle

Reis waschen und dann in doppelter Menge gesalzenem Wasser garkochen. Anschließend in Öl braten und mit Zitronensaft und -abrieb würzen.

Für die Garnitur:

2 EL weiße Schokoladeraspeln
 Essbare Blüten

Raspeln und Blüten als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Sareia Sayed

Sabsi Paner mit Chalau: Spinat mit selbstgemachtem Käse und Sella-Reis

Zutaten für zwei Personen

Für den Spinat:

500 g Blattspinat
1 Stange Porree
1 Bund Koriander
1 Bund glatte Petersilie
1 TL Kurkumapulver
1 TL Koriandersamenpulver
Rapsöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Spinat in Wasser kochen. Porree, Koriander und Petersilie hacken und in Öl mit Kurkuma- und Koriandersamenpulver anbraten. Alles vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gut einkochen lassen.

Für den Käse:

1,5 L haltbare Vollmilch, 3,8 % Fett
250 ml Cremefine, 31 % Fett
100-150 ml Brantweinessig
Rapsöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle

Cremefine und Milch mischen und zum Kochen bringen. Essig hinzugeben. Wenn sich das Eiweiß von der Molke trennt in ein Passiertuch abgießen und im Kühlschrank abkühlen lassen, damit der Käse fest wird.

Anschließend herausnehmen und Käse in Scheiben schneiden. In heißem Öl anbraten und in lauwarmes, gesalzenes Wasser geben. Dann zum Spinat geben und alles kurz aufkochen lassen.

Für den Reis:

300 g Basmati, Sorte „Sella“
Rapsöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle

Reis gut spülen und dann in gesalzenem Wasser zum Kochen bringen, bis die Reiskörner zu $\frac{3}{4}$ gar sind. Dann abgießen, Öl in einer Pfanne erhitzen und über den Reis gießen. Wasser mit Salz mischen, aufkochen und auch darüber gießen. Reistopf zurück auf den Herd stellen, Deckel auflegen, mit einem Tuch abdecken und fertig kochen lassen.

Für die Garnitur:

1 Limette, Frucht

Limette vierteln und als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Tobias Höfken

Schweinemedallions im Speckmantel mit Feigensauce und Bratkartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für die Schweinemedallions:

200 g Schweinefilet
6 Scheiben Speck
½ Bund Rosmarin
1 TL Butter
Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Heißluft vorheizen.

Schweinefilet in 3 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen, dann in Speck einwickeln und ggf. mit einem Zahnstocher fixieren. Die Medallions von beiden Seiten in Öl anbraten und anschließend mit etwas Butter und Rosmarin für ca. 15 Minuten bei 180 Grad Heißluft im Ofen garen.

Für die Feigensauce:

4 frische Feigen
4 getrocknete Feigen
1 Zwiebel
1 EL Butter
Rotwein, zum Ablöschen
1 EL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen, würfeln und in dem restlichen Fett in der Pfanne vom Fleisch anbraten. Danach die Feigen in Stücke schneiden und mit etwas Zucker zu den Zwiebeln geben. Einige Minuten anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, Butter hinzugeben und anschließend mit Rotwein ablöschen. Mit Wasser nachjustieren.

Für die Bratkartoffeln:

2 festkochende Kartoffeln
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln in Scheiben schneiden und in Olivenöl von beiden Seiten goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnitur:

2 frische Feigen

Feigen aufschneiden und als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Victoria Hecker

Rindergeschnetzeltes mit Champignon-Rahmsauce und Spätzle

Zutaten für zwei Personen

Für das Rindergeschnetzelte in Champignon-Rahmsauce:

250 g Rinderfilet
 250 g braune Champignons
 1 Schalotte
 200 ml Sahne
 1 EL Butter
 100 ml Gemüsefond
 50 ml Weißwein
 1-2 EL Speisestärke
 Öl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Rinderfilet in feine Streifen schneiden, Champignons putzen und vierteln.

Schalotte abziehen, fein würfeln und das Fleisch in heißem Öl anbraten. Fleisch rausnehmen und die Schalotte in der Butter anschwitzen. Champignons ebenfalls anschwitzen und mit Weißwein und Fond ablöschen. Einreduzieren lassen und mit Sahne, Salz und Pfeffer verfeinern.

Sauce einkochen lassen und mit Speisestärke, die vorher in Wasser angerührt wurde, andicken. Fleisch dazugeben und durchziehen lassen.

Für die Spätzle:

6 Eier
 50 g Butter
 Ca. 200 ml sprudeliges Wasser
 400 g Mehl
 1-2 TL Salz

Gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Eier mit dem Handrührgerät schaumig aufschlagen, dann Mehl, Salz und das sprudelige Wasser dazugeben und zu einem glatten Teig rühren. Ruhen lassen.

Spätzleteig nochmal kurz aufschlagen und mit dem Spätzlehobel in das heiße Wasser geben. Sobald die Spätzle oben schwimmen, mit einer Kelle rausnehmen. Butter in einer Pfanne schmelzen und Spätzle darin schwenken.

Für die Garnitur:

2 Zweige glatte Petersilie

Gericht mit feingehackter Petersilie bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.