



| Die Küchenschlacht - Menü am 19. August 2014 | „Vorspeisen“ Alfons Schuhbeck

Vorspeise: „Ziegenkäse in der Sesamkruste mit weißem Tomaten-Cappuccino und Feldsalat mit Granatapfelsplittern“ Jörg Stechow

Zutaten für zwei Personen

Für den Ziegenkäse in Sesamkruste:

2 Ziegenkäsetaler, à 60-80 g
1 Ei
100 g weißer Sesamsamen
Mehl, zum Mehlieren
Sesamöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
bunter Pfeffer, aus der Mühle

Für den Tomaten-Cappuccino:

500 Tomaten, geschält (aus der Dose)
2 Eier
1 Knoblauchzehe
1 Bund Basilikum
75 g Creme double
75 g Crème fraîche
4 Kirschtomaten
1 Knoblauchzehe
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
75 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
bunter Pfeffer, aus der Mühle

Für den Feldsalat:

125 g Feldsalat
100 g Sprossmischung (z.B. Alfalfasprossen, Senfsprossen, Rettichsprossen, Mungobohnen)

Für das Dressing:

1 Granatapfel
1 EL Pommerysenf, körnig
3 EL Walnussöl
2 EL weißer Balsamico
1 EL Honig
Salz, aus der Mühle
bunter Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Eier aufschlagen und das Eiweiß vom Eigelb trennen. Die geschälten Tomaten pürieren und durch ein Passiertuch drücken. Den Saft auffangen und mit dem Eiweiß verrühren, in einen Topf geben und aufkochen lassen. Die Masse nochmals durch ein feuchtes Passiertuch drücken. Den Knoblauch abziehen und im Stück in den Topf mit der passierten Flüssigkeit geben. Das Basilikum sehr grob hacken und ebenfalls in den Topf geben. Alles einmal aufkochen lassen und anschließend die Creme double und die Crème fraîche unterrühren. Vor dem Anrichten das Basilikum und den Knoblauch abschöpfen und die Suppe mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Olivenöl in einen Topf geben und auf etwa 80 Grad erhitzen. Den Rosmarin- und den Thymianzweig hinzugeben. Den Knoblauch abziehen und zusammen mit den Kirschtomaten in den Topf geben und alles circa zwölf Minuten gar ziehen lassen.



Das Ei aufschlagen und auf einen tiefen Teller geben. Den Boden eines Tellers mit den Sesamsamen bedecken. Die Ziegenkäsescheiben erst in Mehl, dann in der Eimasse und letztlich in den Sesamsamen wenden. Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen, den Ziegenkäse hineingeben und von allen Seiten gold-braun braten.

In der Zwischenzeit den Feldsalat waschen und gut abtropfen lassen. Den Balsamico, den Honig, den Senf, Salz und Pfeffer verrühren, bis sich das Salz aufgelöst hat. Anschließend das auf Zimmerwärme temperierte Walnussöl dazugeben. Die Granatapfelkerne aus der Schale lösen und unter den Feldsalat heben. Das Dressing darüber geben und den Feldsalat damit marinieren.

Die Kirschtomaten aus dem Topf holen und je zwei Tomaten in eine Cappuccino-Tasse legen. Die heiße Tomatensuppe mit dem Stabmixer aufschäumen und über die Tomaten in die Tassen geben. Den Ziegenkäse in Sesamkruste auf Feldsalat mit Granatapfelkernen und weißen Tomaten-Cappuccino auf Tellern anrichten und den Ziegenkäse mit der bunten Sprossenmischung bestreuen.



Vorspeise: „Garnelentäschchen mit Glasnudelsalat“ von Vanessa Hansen

Zutaten für zwei Personen

Für das Garnelentäschchen:

10	Reisblätter
10	Garnelen
1	Karotte
100 g	Mungobohnenkeime
	Olivenöl, zum Anbraten

Für den Glasnudelsalat:

100 g	Glasnudeln
1 Bund	Frühlingszwiebeln
1	Limette, den Saft davon
1 Zweig	Koriander
½ TL	gelbe Currypaste
1 EL	helle Sojasauce
1 EL	Fischsauce
1 TL	Sesamöl
2 EL	Erdnussöl
1 EL	Zucker

Zubereitung

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Reisblätter in kaltem Wasser einweichen.

Die Glasnudeln in lauwarmem Wasser etwa zehn Minuten einweichen. Anschließend kurz in dem kochenden Wasser blanchieren, abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken und gegebenenfalls mit einer Küchenschere durchschneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen, trocken tupfen und in feine Ringe schneiden. Etwas Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen und die Frühlingszwiebeln darin andünsten. Den Koriander, waschen, trocken tupfen und fein hacken. Die Limette halbieren und eine Hälfte auspressen. Die Glasnudeln mit den Frühlingszwiebeln sowie dem Koriander vermengen. Den Limettensaft mit der Currypaste, dem Zucker, dem Sesamöl, der Sojasauce sowie der Fischsauce verrühren und das Dressing über den Salat geben.

Die Garnelen von Darm, Kopf sowie Schale befreien und waschen. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und die Garnelen darin kurz von allen Seiten anbraten. Die Karotte schälen, in dünne Stifte hobeln und ebenfalls kurz in etwas Olivenöl anbraten. Die Mungobohnenkeime waschen. Jeweils eine Garnele, etwas von den Karotten sowie den Mungobohnenkeimen auf ein Reisblatt geben und zu Täschchen formen. Das Erdnussöl in einer weiteren Pfanne erhitzen und die Päckchen von allen Seiten gut darin anbraten.

Den Glasnudelsalat zusammen mit den Garnelentäschchen auf einem Teller anrichten und servieren.



Vorspeise: „Carpaccio vom Rind mit Rucola-Salat und Knoblauch-Brot“ von Franz Eberhardt

Zutaten für zwei Personen

Für das Carpaccio:

300 g	Rinderfilet
1	Zitrone
5 EL	Olivenöl
	Sonnenblumenöl, zum Plattieren
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Salat:

½	Lollo Rosso
1 Bund	Rucola
2	getrocknete Tomaten
½ Bund	Schnittlauch
50 g	Parmesan
1 EL	Zucker
1 TL	Senf
5 EL	Olivenöl
3 EL	Essig
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Knoblauch-Brot:

½	Ciabatta
3	Knoblauchzehen
100 g	Butter, zimmerwarm
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad Grillstufe vorheizen.

Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und in dünne Scheiben schneiden. Ein Stück Frischhaltefolie mit etwas Sonnenblumenöl einstreichen, die Filetscheiben dazwischen legen und Plattieren. Die Zitrone halbieren und auspressen. Drei Esslöffel des Zitronensaft mit fünf Esslöffeln des Olivenöls verrühren. Die Marinade auf einen Teller pinseln und das Fleisch darauf verteilen. Das Fleisch ebenfalls mit der Marinade einpinseln.

Den Salat putzen, waschen und trocken schleudern. Den restlichen Zitronensaft, das restliche Olivenöl, den Essig, den Zucker, den Senf und je eine Prise Salz und Pfeffer miteinander verrühren. Die getrockneten Tomaten klein schneiden, mit dem Salat vermengen und das Dressing darüber geben. Den Parmesan reiben. Den Schnittlauch waschen, trocken tupfen und in feine Röllchen schneiden. Den Parmesan sowie den Schnittlauch über den Salat geben.

Die Knoblauchzehen abziehen, fein hacken und mit der Butter verrühren. Das Ciabatta in Scheiben schneiden. Die Ciabattascheiben mit der Knoblauchbutter bestreichen, salzen und pfeffern und für einige Minuten im vorgeheizten Backofen rösten.

Das Carpaccio zusammen mit dem Salat und dem Knoblauch-Brot auf einem Teller anrichten und servieren.



Vorspeise: „Forellen-Rahmsüppchen mit Meerrettich-Dill-Crêpe“ von Petra Krönung

Zutaten für zwei Personen

Für das Forellenrahmsüppchen:

3	Forellenfilet, geräuchert, ohne Haut
1	Lauch
1 Stange	Staudensellerie
1	Zwiebel
1 Zehe	Knoblauch
300 ml	Weißwein, trocken
50 ml	Wermut, trocken
300 ml	Wasser
500 ml	Sahne
1/2 Bund	Dill
150 ml	Sahne
200 g	kalte Butter
1	Zitrone
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

1 EL	Forellenkaviar
½	Gurke
1 EL	Mandelblättchen
	Butter, zum Anrösten

Für das Meerrettich-Crêpes:

100 g	Mehl
5 cm	Meerrettich
1	Ei
1/2 Bund	Dill
1	Prise Salz
	Mineralwasser, zum Verdünnen
	Sonnenblumenöl, zum Anbraten

Zubereitung

Die Forelle klein schneiden und beiseite stellen.

Den Lauch waschen, trocken tupfen und das untere, weiße in feine Ringe schneiden. Den Staudensellerie waschen, trocken tupfen und in feine Würfel schneiden. Die Zwiebel sowie die Knoblauchzehe abziehen und ebenfalls in fein hacken. Alle Zutaten in einem Topf mit etwas Butter anbraten, mit dem Weißwein sowie dem Wermut ablöschen und reduzieren lassen. Die Sahne bis auf 50 Milliliter dazugeben und kurz aufkochen. Die Zitrone halbieren und auspressen. Den Topf vom Herd nehmen, mit der kalten Butter abbinden und mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Crêpe das Mehl mit dem Ei und einer Prise Salz verrühren. Den Dill waschen, trocken tupfen, vom Zweig abzupfen und fein hacken, anschließend ebenfalls in den Teig rühren. Den Meerrettich schälen, fein reiben und mit in den Teig geben. Den Crêpe in einer beschichteten Pfanne mit etwas Sonnenblumenöl ausbacken.

Die Mandelblättchen in einer beschichteten Pfanne mit etwas Butter leicht anrösten, bis sie goldbraun sind und zwischendurch wenden, anschließend abkühlen lassen.

Die restliche Sahne für die Garnitur mit dem Handrührgerät steif schlagen. Die Gurke schälen und in dünne Scheiben schneiden.

Die Suppe zusammen mit der Forelle in einem tiefen Teller anrichten. Mit der Sahne und den gerösteten Mandeln garnieren. Den Crêpe dazu reichen, mit dem Kaviar sowie den Gurkenscheiben garnieren und servieren.



Vorspeise: „Pochierte Eier mit Sumach-Joghurt und selbstgemachtem Pfannen-Fladenbrot“ von Marcella Selis

Zutaten für zwei Personen

Für die Pochierten Eier:

6 Eier
1 EL Olivenöl

Für den Sumach-Joghurt:

400 ml Joghurt
1 Knoblauchzehe
1 Granatapfel
50 g Butter
1 Bund frische Minze
50 g Sumach
10 g Zatar
50 g Fleur de Sel
1 EL Zucker
4 EL Essig, weiss
5 g Kreuzkrümmel
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Pfannen-Fladenbrot:

380 g Mehl
1 Prise Zucker
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Das Mehl mit 180 Millilitern lauwarmem Wasser, etwas Salz und Olivenöl sowie einer Messerspitze Zucker zu einem Teig verarbeiten. Daraus pfannengroße, dünne Fladen rollen und in einer Pfanne ohne Fett von beiden Seiten fertig garen. Anschließend das Pfannenfladenbrot mit etwas Zatar Gewürz sowie Fleur de sel bestreuen und in einem feuchten Küchentuch warm halten.

Zum Pochieren der Eier etwas Klarsichtfolie in die kleinen Souffléförmchen legen und diese mit dem Olivenöl einfetten. Anschließend die Eier aufschlagen und in die Souffléförmchen geben, danach mit Klarsichtfolie zubinden. Ein Ei nach dem anderen vorsichtig in einen flachen, weiten Topf mit leicht köchelndem Wasser gleiten lassen.

Den Granatapfel halbieren und die Kerne herauslösen. Die Knoblauchzehe schälen und pressen.

In der Pfanne die Butter zum Schmelzen bringen, anschließend den Sumach einrühren und den Knoblauch dazugeben. Diese über die Eier geben.

Den Joghurt auf dem Teller als Spiegel anrichten, das pochierte Ei darauf platzieren und mit dem Sumach und dem Olivenöl beträufeln.

Anschließend zum pochierten Ei auf Sumach-Joghurt den selbstgemachten Pfannenfladenbrot auf einem Teller anrichten, mit den Granatapfelkernen garnieren und servieren.