



## | Die Küchenschlacht – Hauptgerichte vom 04. Dezember 2012 |

### **Hauptgericht: „Rinderrouladen mit Apfel-Rotkohl und Serviettenkloß“ von Andreas Schmidt**

#### **Zutaten für zwei Personen**

400 g	Rinderrouladen
200 g	Bauchspeck
4	Brötchen
0,5	Rotkohl
150 g	weiße Champignons
2	Karotten
2	Essiggurken
1	Speisezwiebel
1	Apfel
1	unbehandelte Orange
1 Bund	glatte Petersilie
1 Bund	Majoran
4	Wacholderbeeren
1	Muskatnuss
2	Lorbeerblätter
	Butter, zum Anbraten
3	Eier
3 EL	Senf
250 ml	Milch
250 ml	Sahne
250 ml	Sauerrahm
	Sonnenblumenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### **Zubereitung**

Den Backofen auf 250 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Petersilie und den Majoran zupfen. Etwas Petersilie für die Garnitur zur Seite legen. Die Brötchen klein schneiden, in eine Schüssel geben und mit etwas Salz und Muskatnuss würzen. Die restliche Petersilie und den Majoran dazugeben. Das Ganze mit der Milch übergießen und kurz durchziehen lassen. Anschließend die Eier hinzugeben und mit der Hand vermengen. Den Knödelteig in ein Küchentuch geben, dieses zubinden und in Salzwasser mit geschlossenem Deckel etwa zwanzig Minuten lang kochen lassen.

Die Zwiebel abziehen und halbieren. Die Champignons putzen, die Möhren schälen und von den Enden befreien. Die Essiggurken, die Champignons, die Karotten, die Zwiebel und den Bauchspeck in Streifen schneiden. Die Petersilie zupfen. Die Rouladen waschen, trocken tupfen und von beiden Seiten mit dem Fleischklopper bearbeiten. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit zwei Esslöffeln Senf bestreichen. Anschließend mit den Streifen von Zwiebel, Essiggurken, Karotten, Champignons und Bauchspeck belegen. Die Rouladen einrollen, mit Zahnstochern fixieren und mit etwas Sonnenblumenöl und Butter in einer Pfanne beidseitig anbraten. Anschließend die Rouladen auf einen Bräter legen, mit dem Bratenfond übergießen und etwa 15 bis 20 Minuten bei 250 Grad im Backofen backen.

Den Apfel schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Den Rotkohl vom Strunk befreien, in feine Streifen schneiden und zusammen mit den Lorbeerblättern und den Wacholderbeeren in einen Topf geben.



Das Ganze mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Den Apfel dazugeben und zum Kochen bringen. Den Sauerrahm einrühren und bei schwacher Hitze und geschlossenem Deckel fünf Minuten ziehen lassen.

Die Orange in Scheiben schneiden. Die Rouladen aus dem Ofen nehmen und den Bratensaft in eine Pfanne geben. Die Sahne und den restlichen Senf einrühren und kurz erhitzen. Die Zahnstocher aus den Rouladen entfernen. Den Serviettenknödel aus dem Topf nehmen, von dem Tuch befreien und aufschneiden.

Die Rinderrouladen mit dem Apfel-Rotkohl und dem Serviettenkloß auf Tellern anrichten, mit der Petersilie und den Orangenscheiben garnieren und servieren.



## **Hauptgericht: „Lammlachs mit Zucchini-Tomaten-Gemüse, Oliven-Basilikum-Vinaigrette und Salzkartoffeln“ von Thorsten Jeromin**

### **Zutaten für zwei Personen**

2	Lammlachse, küchenfertig
5	fest kochende Kartoffeln
1	Zucchini
60 g	grüne Oliven, entsteint
10	Kirschtomaten
2	Knoblauchzehen
1	unbehandelte Zitrone
1 Bund	Basilikum
2 Zweige	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
3 EL	Olivenöl
	Olivenöl, zum Anbraten
	Zucker, zum Abschmecken
	Meersalz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und in einem Topf mit Wasser zum Kochen bringen, bis sie gar sind.

Für die Vinaigrette die Basilikumblätter abzupfen, waschen und grob hacken. Danach die Oliven ebenfalls grob hacken. Nun die Zitrone auspressen und einen halben Esslöffel gemeinsam mit etwas Zucker, Salz und Pfeffer und dem Olivenöl in eine Schale geben und verrühren. Im Anschluss die Oliven und das Basilikum darunter mischen.

Die Lammlachse waschen, trocken tupfen und mit etwas Salz und Zucker bestreuen. Danach Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Eine Knoblauchzehe anschlagen und mit einem Rosmarinzweig und den Lammlachsen in die Pfanne geben und anbraten. Nun die Lammlachse aus der Pfanne nehmen und auf ein Gitter legen. Den Rosmarin und den Knoblauch darauf legen und für circa 25 Minuten in den Ofen geben.

Anschließend die Zucchini waschen, trocken tupfen und vierteln. Die Viertel danach in dünne Scheiben schneiden. Nun die Kirschtomaten ebenfalls waschen, trocken tupfen und vierteln. Danach die Tomaten gemeinsam mit der Zucchini in einen Topf geben. Das Gemüse salzen und zuckern und im Wasser ziehen lassen. Nun die restliche Knoblauchzehe anschlagen und gemeinsam mit dem restlichen Rosmarinzweig und dem Thymian zu dem Gemüse geben. Danach etwas Olivenöl angießen und zugedeckt bei kleiner Hitze gar dünsten. Im Anschluss mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Vor dem Servieren die Knoblauchzehe, den Thymian und den Rosmarin entfernen.

Nun die Lammlachse aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen. Danach mit Salz und Pfeffer würzen und das Fleisch schräg in Scheiben schneiden. Die Kartoffeln abgießen.

Die Lammlachse mit dem Zucchini-Tomaten-Gemüse und den Salzkartoffeln auf einem Teller anrichten, mit der Oliven-Basilikum-Vinaigrette garnieren und servieren.



## **Hauptgericht: „Dorschfilet mit Nordseekrabben und Salzkartoffeln“ von Christa Gumz**

### **Zutaten für zwei Personen**

400 g	Dorschfilet, ohne Haut, küchenfertig
100 g	Nordseekrabben, gepult
300 g	fest kochende Kartoffeln
1	unbehandelte Zitrone
1 Bund	glatte Petersilie
1 EL	Butter
1 EL	Mehl
250 ml	Milch
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und vierteln. Anschließend in Salzwasser gar kochen.

Das Dorschfilet säubern, waschen und trocken tupfen. Anschließend mit der Zitrone säuern, salzen und in kleine Portionen schneiden. Die Butter in eine Pfanne geben und schmelzen. Den Fisch darin anbraten, garen und anschließend zum Warmhalten in den Ofen geben. In der Pfanne mit dem Bratensatz, dem Mehl und der Milch eine leichte Mehlschwitze herstellen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend den gebratenen Fisch wieder hinein geben

Die Krabben waschen und trocken tupfen. Die Petersilie hacken und gemeinsam mit den Krabben unterheben.

Die Kartoffeln abgießen.

Das Dorschfilet mit den Krabben und den Salzkartoffeln auf Tellern anrichten, mit der Sauce garnieren und servieren.



## **Hauptgericht: „Zweierlei von der Ente mit Erbsencreme und Orangensauce“ von Patrick Wüstenberg**

### **Zutaten für zwei Personen**

2	Entenbrüste, mit Haut
500 g	Erbsen, Tiefkühlware
100 g	Zuckerschoten
50 g	ungesalzene Erdnüsse
2	Knoblauchzehen
50 g	schwarze Oliven, entsteint
2	unbehandelte Orangen
0,5 Bund	glatte Petersilie
1 Zweig	Thymian
2 Zweige	Rosmarin
	Erbsenkresse, zum Dekorieren
	Mehl, zum Panieren
1	Ei
100 g	kalte Butter
200 ml	Sahne
50 ml	Olivenöl
1 TL	Sojalecithin
1	Muskatnuss
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Knoblauch abziehen. Den Rosmarin und den Thymian zupfen. Die Entenbrüste waschen und trocken tupfen. Eine der Entenbrüste auf der Hautseite rautenförmig einschneiden. Anschließend zusammen mit dem Knoblauch, dem Rosmarin und dem Thymian in einer Pfanne anbraten. Anschließend für etwa 20 Minuten im Backofen garen.

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die restliche Entenbrust mit der Sahne und den Oliven zu einer Farce pürieren. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend davon Nocken abstechen und im Wasser pochieren. Die Erdnüsse klein hacken. Das Ei aufschlagen und verquirlen. Die Entennocken zuerst in etwas Mehl, dann in dem Ei und zuletzt in den Erdnüssen wälzen. Anschließend in etwas Butterschmalz in einer Pfanne ausbacken.

Etwas Muskatnuss reiben. Die Erbsen in Salzwasser blanchieren und mit etwas Butter, Muskatnuss, Salz und Pfeffer pürieren. Die Zuckerschoten waschen und ebenfalls in einer Pfanne mit der restlichen Butter anbraten.

Die Orangen auspressen. Das Sojalecithin und 50 Milliliter Orangensaft pürieren. Anschließend nach und nach das Olivenöl zugeben und mixen. Die Erbsenkresse und die Petersilie zupfen.

Das Zweierlei von der Ente mit der Erbsencreme und der Orangensauce auf Tellern anrichten, mit den Zuckerschoten, der Erbsenkresse und der Petersilie garnieren und servieren.



## **Hauptgericht: „Kalbslendchen mit Gorgonzolasauce und Kartoffelkroketten im Schinkenmantel“ von Franca Flenda**

### **Zutaten für zwei Personen**

8	Kalbslenden
100 g	Parmaschinken
100 g	milder Gorgonzola
6	fest kochende Kartoffeln
100 g	Butter
50 g	Mehl
1	Ei
100 ml	Sahne
	Salz, aus der Mühle
	weißer Pfeffer, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen, in sehr kleine Würfel schneiden und in Salzwasser so lange kochen, bis sie fast zerfallen.

Die Kartoffeln abgießen und mit einem Teelöffel Sahne, dem Ei und einem Esslöffel Butter vermengen. Das Ganze mit Salz würzen. Die Kartoffelmasse auf ein Stück Backpapier geben und ausrollen. Das Ganze in kleine, gleich lange Kroketten schneiden. Den Parmaschinken auslegen und die Kroketten darin einrollen. Anschließend in etwas Butter knusprig braten. Die Kroketten in Alufolie wickeln und bei 80 Grad im Backofen warm halten.

Den Gorgonzola und etwas Butter in kleine Würfel schneiden. In einem Topf die Butterwürfel zum Schmelzen bringen, dann den Gorgonzola dazugeben. Das Ganze mit Pfeffer abschmecken und je nach Bedarf etwas von der restlichen Sahne dazugießen.

Die Kalbslenden waschen und trocken tupfen. Anschließend in dem Mehl wälzen und mit Salz würzen. In der restlichen Butter die Lendchen goldbraun braten.

Die Kalbslendchen mit der Gorgonzolasauce und den Kartoffelkroketten im Schinkenmantel auf Tellern anrichten und servieren.