

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 28. Oktober 2024** ▪  
**ChampionsWeek ▪ "Omas Klassiker 2.0" mit Robin Pietsch**



Robin Lursky

**Fischstäbchen im Tramezzini-Mantel mit Orangen-  
Kartoffelstampf, Broccoli und Miso-Hollandaise**

Zutaten für zwei Personen

**Für die Fischstäbchen:**

200 g dünnes Saiblingsfilet, ohne Haut  
 4 Tramezzini-Scheiben  
 1 Ei  
 2 EL Sojasauce  
 Neutrales Öl, zum Braten  
 Zitronenpfeffer, zum Abschmecken  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Fisch in dünne „Stäbchen“ schneiden und mit Sojasauce bestreichen. Ei trennen und das Eiweiß auffangen. Tramezzini dünn ausrollen. Fischstäbchen mit Zitronenpfeffer würzen, mit Eiweiß bestreichen und in die Tramezzini-Scheiben einwickeln. Fischstäbchen in einer Pfanne mit etwas Öl anbraten, bis sie goldbraun und knusprig sind. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für den Stampf:**

250 g mehlig kochende Kartoffeln  
 ½ Orange, Saft  
 1 TL Butter  
 50 ml Sahne  
 50 ml Milch  
 Muskatnuss, zum Reiben  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in gesalzenem Wasser kochen, bis sie weich sind. Abgießen, ausdampfen lassen und stampfen. Orange auspressen. Orangensaft, etwas geriebene Orangenschale, Butter und heiße Milch-Sahne-Mischung mit etwas Muskatnussabrieb hinzugeben. Alles gut vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für den Broccoli:**

150 g Broccoli  
 ½ Knoblauchzehe  
 1 TL Honig  
 2 TL Sojasauce  
 1 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Broccoli in kochendem Salzwasser kurz blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Danach in einer Pfanne mit etwas Olivenöl, angedrücktem Knoblauch, Sojasauce und Honig kurz anbraten, um ihm ein leichtes Röstaroma zu verleihen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Miso-Hollandaise:**

1 kleine Zwiebel  
1 Zitrone, Saft  
1 Ei  
50 g Butter  
1 TL Misopaste  
2 Tropfen Weißweinessig  
1 Stange Zitronengras  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und feinhacken. Ei trennen und Eigelb mit einem Schuss Wasser über einem heißen Wasserbad schaumig schlagen. Zitronengras in Butter mit Zwiebel schmelzen lassen und unter ständigem Rühren einfließen lassen bis eine cremige Sauce entsteht. Anschließend etwas Misopaste unter die Masse mischen und mit Zitronensaft, Weißweinessig, Salz und Pfeffer abschmecken. Zitronengras vor dem Servieren herausnehmen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF empfiehlt es sich **Saibling** aus folgenden Fanggebieten zu kaufen (Stand Oktober 2024):

- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Europa, Aquakultur, (Kreislaufanlagen)
- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Island, Aquakultur, (Durchflussanlage)



Olga Held

## Dekonstruierte Varenyki mit Kartoffelstampf, knusprigem Speck, frittiertem Salbei und Schmand-Schaum

Zutaten für zwei Personen

### Für den Teig:

1 Ei  
200 g Mehl  
¼ TL Kurkuma  
½ TL Salz

Das Ei mit Mehl, Kurkuma, Salz und 75 ml Wasser in der Küchenmaschine mischen und 5 Minuten kneten lassen. Falls der Teig zu weich oder klebrig sein sollte, noch etwas Mehl zugeben.

### Für die Kartoffelmasse:

500 g mehligkochende Kartoffeln  
50 g Butter  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden und in gesalzenem Wasser weich garen. Abgießen, ausdampfen lassen, Kartoffeln stampfen und mit Salz und reichlich Pfeffer würzen. Mit der Butter verrühren.

### Für die Zwiebelmasse:

2 Zwiebeln  
50 g Butter  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebeln abziehen und halbieren. Dann in feine Streifen schneiden und in der Butter braun anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### Für den Schmand-Schaum:

1 Knoblauchzehe  
200 g Schmand  
100 ml Sahne  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und pressen. Schmand mit der Sahne vermischen und mit Salz, Pfeffer und einer Messerspitze Knoblauch abschmecken. Die Masse in eine Espumafflasche füllen und mit einer Kapsel verschließen. Im Kühlschrank bis zum Servieren aufbewahren.

### Für den Speck:

50 g dünne Scheiben Schwarzwälder  
Schinken  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Speckstreifen in der Pfanne knusprig anbraten und mit Pfeffer abschmecken.

### Für die Salbeiblätter:

10 Salbeiblätter  
200 g Butterschmalz

Butterschmalz erhitzen und die Salbeiblätter darin frittieren.

### Für die Varenyki:

50 g Butter  
10 Salbeiblätter  
Salz, aus der Mühle

Teig dünn ausrollen und mit einem Wellenausstecher von 8,5 cm Durchmesser Kreise ausstechen. Teigteile im Salzwasser kochen. Sie sind gar, wenn sie oben schwimmen. Teigteile herausnehmen und in der Salbeibutter schwenken. Anschließend alles schichten: Mit einem Teigteilchen beginnen, dann Kartoffelstampf daraufgeben, die Zwiebelmasse und wieder ein Teigteilchen und Kartoffelstampf. Auf einem Teller sollten drei Teigteilchen sein. Speck verteilen. Schmand-Schaum aus der Espumafflasche auf den Speck geben. Zum Schluss den frittierten Salbei verteilen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Hannes Brandacher**

## **Knödeltris: Käseknödel & Spinatknödel & Rote-Bete-Knödel mit Waldpilzen und Parmesan-Schaum**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für die Knödel-Grundmasse:**

150 g Knödelbrot  
1 Zwiebel  
2 Eier  
50 ml Vollmilch  
Butter, zum Braten  
Olivenöl, zum Braten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel abziehen, fein hacken und in etwas Olivenöl leicht angehen lassen. Knödelbrot und Eier vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Dann die Zwiebel beimgen. Milch in der Pfanne von der Zwiebel leicht erwärmen und auch zur Grundmasse geben. Alles vermengen und gründlich kneten.

### **Für die Spinatknödel:**

50 g TK-Spinat  
150 g frischer Blattspinat  
2 Knoblauchzehen  
Muskatnuss, zum Reiben  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen. TK-Spinat und den frischen Spinat mit Salz, Pfeffer, Knoblauch und Muskatnuss vermengen und im Mixer fein pürieren.

### **Für die Rote-Bete-Knödel:**

1 vorgegarte Rote Bete, ca. 50 g  
1 Zitrone, Abrieb  
½ TL Korianderpulver  
½ TL getrockneter Salbei  
½ TL Kümmelpulver  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rote Bete fein reiben, mit Salz, Pfeffer, Koriander, Salbei, Kümmel und Zitronenabrieb vermengen und ebenfalls fein pürieren.

### **Für die Käseknödel:**

50 g Bergkäse  
20 g Blauschimmelkäse

Bergkäse und den Blauschimmelkäse reiben.

### **Für die Knödel:**

100 g Semmelbrösel  
Salz, aus der Mühle

In einen Knödel Käse einarbeiten, in einen weiteren die Rote-Bete-Masse und in den letzten die Spinatmasse. Knödel formen und die Konsistenz der Knödel mit Semmelbrösel steuern. Dann die Knödel in Salzwasser köcheln lassen bis sie gar sind. Nach etwa 10 Minuten aus dem Wasser nehmen und ausdampfen lassen. Vor dem Servieren erneut ins Wasser geben, um sie heiß servieren zu können.

- Für die Waldpilze:** Getrocknete Steinpilze in etwas Wasser geben und ca. 10 Minuten quellen lassen.
- 100 g Waldpilze, z.B. Pfifferlinge, Kräuterseitlinge
  - 25 g getrocknete Steinpilze
  - 50 g Cocktailtomaten
  - 1 Stange Frühlingszwiebel
  - 30 g Himbeeren
  - 30 g Blaubeeren
  - ¼ Bund Schnittlauch
  - Butter, zum Braten
  - 30 ml dunkler Balsamicoessig
  - Olivenöl, zum Braten
  - 10 g Rohrzucker
  - Salz, aus der Mühle
  - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für den Parmesan-Schaum:** Parmesan reiben. Sahne in einem Topf aufkochen, den Parmesan einrühren und in der Sahne auflösen. Gut salzen. Dann alles gründlich kalt rühren und in einen Sahnespender füllen. Unbedingt zwei Kapseln verwenden und guten Druck in der Flasche erzeugen. Schaum dann auf dem Teller aufspritzen und die Knödel darauf anrichten.
- Für die Nussbutter:** Butter bei mittlerer Hitze aufschäumen und die Pinienkerne darin goldbraun rösten. Etwas salzen und zum Schluss über die Knödel gießen.
- Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Romy Krämer

## Omas Spaghetti mit Rinderbolognese, geschäumter Parmesansauce, Pancetta-Chips und Basilikum-Öl

Zutaten für zwei Personen

### Für die Bolognese:

400 g Rinderhackfleisch  
4 Scheiben Pancetta  
2 Stangen Sellerie  
2 Möhren  
360 g Kirschtomaten-Passata  
1 kleine Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
200 ml Rotwein  
200 ml Rinderfond  
100 ml roten Traubensaft  
1 EL dunklen Balsamicoessig  
1 TL Tomatenmark  
4 Zweige Basilikum  
2 Zweige Liebstöckel  
1 Lorbeerblatt  
1 TL Piment d'Espelette  
Olivenöl, zum Braten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Hackfleisch in reichlich Olivenöl scharf anbraten. Pancetta fein hacken und mitbraten. Möhre, Sellerie und Zwiebel schälen bzw. abziehen, in feine Stücke schneiden und zum Hackfleisch geben. Knoblauch abziehen, fein hacken und ebenfalls mit anbraten. Tomatenmark und Gewürze hinzufügen. Mit Rotwein und Traubensaft ablöschen. Rinderfond nach und nach zugeben. Kirschtomaten-Passata unterrühren. Balsamicoessig nach Belieben hinzufügen. Lorbeerblatt mit köcheln lassen. Bolognese so lange wie möglich köcheln lassen. Vor dem Servieren eine Kelle Pastawasser hinzugeben.

### Für die Spaghetti:

2 Eier  
200 g Mehl, Type 00  
Mehl, für die Arbeitsfläche  
Salz, aus der Mühle

Aus den Eiern, Mehl und etwas Wasser einen Teig herstellen. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und zu Spaghetti schneiden. Pasta in reichlich Salzwasser 3 Minuten garen.

### Für die Parmesansauce:

1 Zitrone, Abrieb  
70 g Parmesan  
50 ml Sahne  
100 ml Milch  
1 Msp. Lecithin  
Salz, aus der Mühle

Parmesan fein reiben und mit Sahne, Milch, Zitronenabrieb und Salz kurz aufkochen. Dabei ständig rühren, damit sich der Parmesan gut verbindet. Die Flüssigkeit durch ein Sieb geben und in die Espumafflasche füllen. Kapseln eindrehen und gut schütteln.

### Für die Chips:

8 Scheiben Pancetta

Aus dem Pancetta mit einem scharfen Ausstecher kleine Chips ausstechen. Im heißen Ofen 5-7 Minuten knusprig backen.

**Für das Öl:** Basilikum mit dem Öl pürieren. Flüssigkeit kurz erhitzen, aber nicht kochen lassen. Das Ganze durch ein Passiertuch abseihen und abkühlen lassen. In eine Spritzflasche zum Anrichten geben.

**Für die Garnitur:** Parmesan hobeln. Die kleinsten Basilikumblätter abzupfen. Haut der Cocktailtomaten abziehen. Essig und Öl über alles tröpfeln.

5 Cocktailtomaten  
Ein paar kleine Basilikum-Blätter  
10 g Parmesan  
1 EL hellen Balsamicoessig  
1 EL Olivenöl

Das Gericht auf Tellern anrichten, ausgarnieren und servieren.





**Patrick Sommer**

## **Spitzkohl-Hack-Rolle mit Feta-Quetschkartoffeln und „Dupp-Dupp“**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für die Rolle:**

100 g Kalbshackfleisch  
2 Salsiccia  
1 Spitzkohl  
1 Karotte  
1 rote Paprika  
2 große Reisteigplatten  
2 Schalotten  
Butter, zum Anbraten  
500 ml Gemüsefond  
10 ml milde Sojasauce  
30 ml trockener Weißwein  
2 ml Apfelessig  
½ TL Kümmelsamen  
Muskatnuss, zum Reiben  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 100 Grad Oberhitze vorheizen.

Schalotten abziehen und fein hacken. Salsiccia aus der Wurstpelle drücken und mit Kalbshackfleisch und Schalotte in einer Pfanne in Butter langsam anbraten. Spitzkohl in kleine viereckige, ca. 2x2 cm große Stücke schneiden. Karotte schälen und in sehr feine Streifen schneiden. Paprika ebenfalls in sehr feine Streifen schneiden. Hackfleischmasse mit Salz und Pfeffer würzen und kurz darauf aus der Pfanne nehmen und ruhen lassen.

Kümmel mörsern. Im Pfannensud Spitzkohl, Karotte und Paprika mit Butter und etwas Kümmel anbraten. Mit Apfelessig und Weißwein ablöschen. Alkohol verkochen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Fond aufgießen und bissfest kochen. Hackfleischmasse kurz unterheben und mit Sojasauce, Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz ruhen lassen. Reisteigplatten gut anfeuchten, die Masse auf die Teigplatte geben und zu einer schönen Rolle formen. Rollen langsam in Butter goldbraun anbraten.

### **Für die Kartoffeln:**

2 mittelgroße, festkochende Kartoffeln  
100 g Feta  
Butter, zum Anbraten  
4 Zweige Thymian  
4 Zweige glatte Petersilie

Kartoffeln abspülen und ungeschält in einem Topf mit Salzwasser bis kurz vor dem Garpunkt kochen. Abgießen und Kartoffeln in einem Ring drücken, andrücken und in Butter in einer Pfanne goldbraun braten. Anschließend auf ein Backblech legen. Feta zerbröseln, über die Kartoffeln geben und für ca. 5 Minuten Feta etwas angehen lassen. Thymian und Petersilie fein hacken und beim Servieren über die Kartoffeln streuen.

### **Für den Dip:**

150 g Schmand  
1 Knoblauchzehe  
1 Zitrone, Saft & Abrieb  
¼ Bund Schnittlauch  
Butter, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitronenschale reiben, anschließend halbieren und den Saft auspressen. Schmand mit Zitronenabrieb, Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren. Schnittlauch sehr fein hacken und unterheben. Knoblauch abziehen, hacken, in einer Pfanne in Butter anrösten und 1/3 davon unter den Dip rühren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.





**Marina Engelhardt**

## **Karpfenfilet im Parmesan-Kräuter-Mantel mit Kartoffelpüree und gedünstetem Kohl in Tomatensauce**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Fisch:**

2 Karpfenfilets, à ca. 150 g  
 1 Knoblauchzehe  
 1 Zitrone, Abrieb  
 20 g Parmesan  
 1 Ei  
 1 Bund glatte Petersilie  
 3 EL Mehl  
 2 EL Semmelbrösel  
 Öl, zum Ausbacken  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Filets salzen und pfeffern. Petersilie hacken. Parmesan reiben. Knoblauch abziehen und kleinhacken. Mit dem Ei vermengen. 2 EL Parmesan mit den Semmelbröseln, Petersilie, Salz und Pfeffer vermischen. Panierstraße aus Mehl, Ei und Semmelbröseln aufstellen. Fisch erst im Mehl wenden, dann durch das Ei ziehen und schließlich in der Panade wälzen.

In einer Pfanne in heißem Öl langsam ausbacken. Mit Zitronenabrieb garnieren.

### **Für das Püree:**

300 g mehligkochende Kartoffeln  
 1 Zitrone, Abrieb  
 50 g Butter  
 50 ml Garflüssigkeit, der Kartoffeln  
 Muskatnuss, zum Reiben  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in einem Topf in gesalzenem Wasser weichkochen. Abgießen und dabei das Wasser auffangen. Kartoffeln durch die Kartoffelpresse drücken. Mit Butter, aufgefangenem Kartoffelwasser und Gewürzen abschmecken. Mit Zitronenabrieb abschmecken.

### **Für den gedünsteten Kohl:**

300 g Weißkohl  
 1 Möhre  
 1 Zwiebel  
 100 ml Gemüsefond  
 2 EL Tomatenmark  
 1 EL Mehl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Weißkohl in feine Streifen hobeln. Zwiebel und Möhre abziehen bzw. schälen und fein schneiden. In einer Pfanne anrösten. Mehl und Tomatenmark in die Pfanne geben und etwas erhitzen, mit Gemüsefond ablöschen. Kohl hinzufügen, salzen, pfeffern und ca. 10 Minuten schmoren.

### **Für die Garnitur:**

½ Bund glatte Petersilie

Petersilienblätter abzupfen und als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Petersilie garnieren und servieren.



**Karpfen** können Sie laut WWF unbedenklich kaufen. (Stand Oktober 2024):

- 1. Wahl: Europa, Aquakultur: Teichanlagen