

# | Die Küchenschlacht - Menü am 13. November 2014 | „Hauptgänge und Desserts“ Nelson Müller



## **Hauptgang: „Lammkarree mit Zucchini-Tomaten-Gemüse und Kartoffelgratin“ von Curt Regner**

### **Zutaten für 2 Personen**

#### *Für das Lammkarree:*

2 Lammstielkotelettes, à 120 g  
200 ml Rinderfond  
300 ml trockenen Rotwein  
1 Zweig Thymian  
Olivenöl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für das Zucchini-Tomaten-Gemüse:*

1 Zucchini  
2 Tomaten  
1 Zwiebel  
Olivenöl, zum Anbraten

#### *Für das Kartoffelgratin:*

2 mittelgroße, festkochende Kartoffeln  
1 Zehe Knoblauch  
50 ml Milch  
50 ml Sahne  
25 g Parmesan  
1 Muskatnuss  
Butter, zum Einfetten  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Gratin die Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Den Knoblauch abziehen und halbieren. Eine Gratinform mit Butter einfetten und mit der halben Knoblauchzehe einreiben. Anschließend die Form salzen und pfeffern. Die Milch mit der Sahne und etwas Muskat aufkochen. Die Kartoffelscheiben in der Form schichten, mit dem Milch-Sahne-Mix übergießen und für 30 Minuten in den Ofen geben.

Für das Lamm eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen. Das Lammkarree von den Sehnen befreien und die Rippenknochen freilegen. Mit Salz und Pfeffer würzen und von allen Seiten scharf anbraten. Anschließend mit Rotwein und Rinderfond ablöschen, den Thymianzweig zugeben und reduzieren.

Für das Gemüse eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen. Die Tomaten schälen, die Zucchini halbieren und eine Hälfte mit den Tomaten in Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen, halbieren und



zusammen mit dem restlichen Knoblauch von dem Gratin fein würfeln. Das Gemüse mit der Zwiebel und dem Knoblauch kurz in der Pfanne dünsten.

Den Parmesan reiben und das Gratin damit bestreuen.

Die Lammkarrees mit Zucchini-Tomatengemüse und Kartoffelgratin auf Tellern anrichten und servieren.



**Dessert: „Gebratene Ananas mit Chili-Dip“ von Curt Regner**

**Zutaten für zwei Personen**

1	Ananas
1	Limette
2	rote Chilis
1 EL	Butter
200 g	Crème fraîche
50 ml	weißer Balsamicoessig
2 EL	Puderzucker
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Zubereitung**

Die Ananas schälen, quer halbieren, die Hälfte längs vierteln und den Strunk entfernen. Die Stücke längs in Spalten schneiden und mit Pfeffer würzen.

Für den Dip die Crème fraîche und den Puderzucker glatt rühren. Die Chilischoten längs halbieren, entkernen und fein hacken. Die Schale der Limette abreiben und den Saft auspressen. Anschließend die Crème fraîche mit der Chili, dem Limettenabrieb und dem Limettensaft vermengen.

Die Butter in einer großen Pfanne zerlassen. Die Ananasstücke von allen Seiten anbraten, mit Balsamicoessig ablöschen und drei Minuten einkochen lassen.

Die gebratene Ananas mit Chili-Dip auf Tellern anrichten und servieren.



### **Hauptgang: „Kalbsmedaillons mit Kartoffeln und Früchten“ von Marion Henning**

#### **Zutaten für zwei Personen**

##### *Für die Kalbsmedaillons:*

- 4 Kalbsmedaillons, á 60 g
- 20 g Butter
- Pflanzenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

##### *Für die Kartoffeln:*

- 6 kleine, festkochende Drillinge
- 4 Zweige Petersilie
- Butterschmalz, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle

##### *Für die Früchte:*

- 1 Banane
- 1 Pfirsich, im eigenen Saft, aus der Dose

##### *Für die Garnitur:*

- 1 Tomate
- 2 Blätter Eisbergsalat
- 2 Cocktailkirschen

#### **Zubereitung**

Den Ofen auf 80 Grad Umluft erwärmen. Für die Kartoffeln einen Topf mit Wasser erhitzen.

Die Kartoffeln mit der Schale und einer Prise Salz 15 Minuten gar kochen.

Die Kalbsmedaillons in einer Pfanne mit Pflanzenöl anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Butter zugeben und weitere fünf Minuten braten. Anschließend auf einem Teller im Ofen warmstellen.

Die Banane schälen und in Scheiben schneiden. Anschließend in dem Bratenfond goldbraun braten. Die Pfirsichhälften in einem Topf im eigenen Saft erhitzen.

Die Kartoffeln in Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz schwenken. Die Petersilie kleinhacken und mit den Kartoffeln vermengen.

Die Salatblätter waschen und trockenschleudern. Die Tomate in Scheiben schneiden. Anschließend die Salatblätter und die Tomaten auf Tellern verteilen.

Die Kalbsmedaillons mit Kartoffeln und Früchten auf Tellern anrichten und servieren.



**Dessert: „Flambierte Honig-Apfelsine“ von Marion Henning**

**Zutaten für zwei Personen**

3	Apfelsinen
2 EL	gehackte Haselnusskerne
2 EL	Honig
2 EL	weißer Rum, 54%

**Zubereitung**

Eine feuerfeste Platte im Ofen bei 80 Grad Ober-/Unterhitze vorwärmen.

Zwei Esslöffel Wasser mit dem Honig in einem Topf erhitzen.

Die Apfelsinen sorgfältig schälen, sodass keine weiße Schale mehr zu sehen ist, in Scheiben schneiden und vorsichtig die Kerne auslösen. Die Scheiben auf der erwärmten Platte anrichten und das Honigwasser darüber geben. Anschließend mit den Haselnusskernen bestreuen.

Den Rum in einem Topf erhitzen und gleichmäßig über die Apfelsinenscheiben geben. Anschließend flambieren und ausbrennen lassen.

Die flambierte Honigapfelsine auf Tellern anrichten und servieren.



### **Hauptgang: „Zander mit Kürbispüree und Kräutersalat“ von Silke Riedelbauch**

#### **Zutaten für zwei Personen**

##### *Für den Zander:*

- 2 Zanderfilets
- 2 EL Ahornsirup
- 2 EL Sojasauce
- Mehl, zum Bestäuben
- Olivenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

##### *Für das Kürbispüree:*

- 1 Muskatkürbis
- 150 g mehligkochende Kartoffeln
- 50 g Butter
- 80 ml Milch
- 70 ml Sahne
- 1 Muskatnuss
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

##### *Für den Kräutersalat:*

- 80 g Baby-Leave-Salat
- 1 Limette
- 20 g gehackte Pekannüsse
- 2 EL Ahornsirup
- 2 Stängel Kerbel
- 2 Stängel Dill
- 2 Stängel glatte Petersilie
- ½ Bund Schnittlauch
- 4 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle

#### **Zubereitung**

Für das Kürbispüree einen Topf mit Dampfeinsatz und Wasser erhitzen. Einen Topf mit der Milch erhitzen. Die Kartoffeln schälen, kleinschneiden und dämpfen, bis sie gar sind. Anschließend durch die Kartoffelpresse drücken.

Den Kürbis schälen, die Kerne und grobe Fasern im Inneren entfernen und das Kürbisfleisch in grobe Streifen schneiden und 150 Gramm des Kürbisfleischs in der Milch 15 Minuten gar kochen. Anschließend den Kürbis pürieren und unter die Kartoffeln mengen.

Die Sahne in einem Topf auf mittlerer Temperatur erwärmen und mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Für das Zanderfilet den Ahornsirup mit der Sojasauce verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Filets anschließend in die Marinade geben und 15 Minuten darin liegen lassen.



Für den Kräutersalat die Pekannüsse in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Den Saft einer Limette auspressen und zwei Esslöffel davon mit dem Ahornsirup und dem Olivenöl vermengen und mit Salz abschmecken. Die Nüsse zu dem Dressing geben. Den Salat waschen und trockenschleudern. Die Kräuter kleinhacken und mit dem Salat vermengen. Anschließend das Dressing mit den Nüssen auf den Salat geben.

Den Zander mit der Hautseite im Mehl wenden und in einer Pfanne mit Olivenöl zehn Minuten hellbraun anbraten.

Die Sahne mit einem Schneebesen schlagen und unter das Kürbispüree heben. Die Butter untermengen. Den Zander mit Kürbispüree und Kräutersalat auf Tellern anrichten und servieren.



**Dessert: „Kleiner Apfelauf mit Vanillesauce“ von Silke Riedelbauch**

**Zutaten für zwei Personen**

*Für den Auflauf:*

3	säuerliche Äpfel
60 g	Butter
70 ml	lieblichen Weißwein
90 g	Mehl
50 g	Zucker
1 Prise	Zimt

*Für die Sauce:*

1	Ei
125 ml	Sahne
1 Schote	Vanille
1 EL	Zucker

**Zubereitung**

Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Für den Auflauf die Äpfel schälen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und in Spalten schneiden. Eine kleine Tarteform mit Butter einfetten, die Apfelspalten hineinlegen und den Weißwein zugeben. Das Mehl mit dem Zucker, 50 Gramm Butter und dem Zimt vermengen und die entstandenen Streusel gleichmäßig auf den Äpfeln verteilen. Den Apfelauf 25 Minuten im Ofen backen.

Für die Sauce die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Vanillemark herauskratzen. Die Sahne mit dem Zucker und dem Vanillemark in einem Topf aufkochen lassen. Anschließend von der heißen Herdplatte ziehen und zehn Minuten ziehen lassen.

Das Ei trennen, das Eigelb mit dem Handrührgerät verquirlen und unter die Sahne mengen. Langsam bis kurz unter dem Siedepunkt erhitzen und anschließend mit dem Handrührgerät kräftig schlagen. Die Sahne abkühlen lassen. Von Zeit zu Zeit umrühren.