

| Die Küchenschlacht - Menü am 04. November 2014 |

„Vorspeisen“ Alfons Schuhbeck



Vorspeise: „Lachspraline auf Baby Leaf mit Kartoffelrösti“ von Sylvia Hohlbauch

Zutaten für zwei Personen

Für die Lachspraline:

200 g dünne Räucherlachsscheiben
1 rote Paprika
3 Lauchzwiebeln
200 g Frischkäse
50 ml Sahne
1 Bund Schnittlauch
grobes Fleur de Sel, zum Abschmecken
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Baby Leaf Salat:

100 g Baby Leaf
50 ml weißer Balsamico
50 ml Feigensenf
50 ml Rinderfond
50 ml Olivenöl
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Rösti:

4 große Kartoffeln
2 EL Haferflocken
1 Ei
Butterschmalz, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Für die Rösti die Kartoffeln schälen, reiben und leicht ausdrücken. Das Ei und die Haferflocken untermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Lachspraline die Enden der Lauchzwiebeln abschneiden und zusammen mit dem Schnittlauch fein schneiden. Die Paprika aufschneiden, die Kerne und den grünen Strang entfernen und fein würfeln. Anschließend den Großteil des Schnittlauchs, die Lauchzwiebeln und die Paprikastücke mit dem Frischkäse und der Sahne vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Masse auf den Räucherlachsscheiben verteilen und darin einrollen. Die Pralinen mit je einem Stiel Schnittlauch zusammenbinden.

Den Salat waschen und trockenschleudern. Für das Dressing den weißen Balsamico, das Olivenöl, den Feigensenf und den Rinderfond verrühren und mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend das Dressing über den Salat geben.



Für die Rösti das Butterschmalz in einer Pfanne zergehen lassen. Mit der Hand Teile der Kartoffelmasse abtrennen, Kugeln formen, diese platt drücken und von beiden Seiten goldgelb braten. Anschließend die Rösti auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Die Lachspralinen mit dem Baby Leaf Salat und den Rösti auf Tellern anrichten und servieren.



**Vorspeise: „Frittiertes Tofu mit karamellisierten Zwiebeln und Mango-Minz-Salat“
von Dan Thy Nguyen**

Zutaten für zwei Personen

Für den frittierten Tofu:

- 1 frischer Tofu
- Frittierfett, zum Frittieren

Für die karamellierte Zwiebel:

- 2 Frühlingszwiebeln
- Olivenöl, zum Anbraten
- Zucker, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle

Für den Mangosalat-Minz-Salat:

- 1 reife Mango
- 2 Stiele Minze
- 1 EL Apfelessig
- 1 TL brauner Zucker
- Pflanzenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

- 2 Stiele Minze

Zubereitung

Eine Fritteuse mit Frittierfett erhitzen.

Für den Mango-Minz Salat die Mango halbieren und den Kern und das Fruchtfleisch aus der Mitte entfernen. Das Fruchtfleisch anderweitig verwenden und die Mango samt Schale in Stücke schneiden. Eine Grillpfanne mit etwas Pflanzenöl erhitzen und die Mangostücke auf dem Fruchtfleisch fünf Minuten anbraten bis sie braun werden. Anschließend aus der Pfanne nehmen und kreuzweise einschneiden. Die Mangostücke mit einem Esslöffel aus der Schale lösen und erkalten lassen.

Den Tofu in Scheiben schneiden und in der Fritteuse knusprig frittieren.

Die Frühlingszwiebeln abziehen und vierteln. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelviertel glasig andünsten. Mit Salz und Zucker würzen und die Zwiebelstücke hellbraun karamellisieren.

Für den Salat die Minze kleinhacken. Den Apfelessig mit dem braunen Zucker vermengen und die Minze zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend die Marinade mit der Mango vermengen.

Den frittierten Tofu mit den karamellisierten Zwiebeln und dem Mango-Minz-Salat auf Tellern anrichten, mit etwas Minze garnieren und servieren.



Vorspeise: „Spinatpfannkuchen mit Räucherforelle und Zitronen-Dill-Creme“ von Jennifer Neßler

Zutaten für zwei Personen

Für die Pfannkuchen:

| | |
|--------|----------------------------------|
| 60 g | Blattspinat |
| 1 | Zwiebel |
| 120 ml | Milch |
| 80 g | Mehl |
| 3 | Eier |
| | Muskat, zum Abschmecken |
| 2 EL | Pflanzenöl |
| | Salz, aus der Mühle |
| | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Für den Fisch:

| | |
|---|--|
| 1 | Räucherforellenfilet, à 150 g, ohne Gräten und ohne Haut |
|---|--|

Für die Zitronencreme:

| | |
|-------|----------------------------------|
| 150 g | Crème fraîche |
| 1 | Zitrone |
| | Dill, zum Abschmecken |
| | Salz, aus der Mühle |
| | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Zubereitung

Die Zwiebel abziehen, kleinhacken und in etwas Pflanzenöl anbraten. Den Spinat waschen, trockenschleudern und mit in die Pfanne geben und nur leicht angaren und aus der Pfanne nehmen. Die Zwiebelstücke und die Hälfte des Spinats mit der Milch pürieren. Ein Ei trennen und das Eigelb zu der Masse geben. Das Eiweiß anderweitig verwenden. Zwei komplette Eier und das Mehl untermengen, zu einem glatten Teig verrühren und mit Muskat, Pfeffer und Salz abschmecken. Die zweite Hälfte des Spinats kleinschneiden und untermengen. Anschließend den Teig 20 Minuten gehen lassen.

Für die Creme die Schale der Zitrone abreiben und den Saft auspressen. Den Dill feinhacken. Die Crème fraîche mit dem Zitronensaft, etwas Schalenabrieb und Dill vermengen. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Masse kaltstellen.

Die Forelle in dünne Scheiben schneiden.

Eine Pfanne mit Pflanzenöl erhitzen und den Teig portioniert von beiden Seiten goldgelb braten.

Die Spinatpfannkuchen mit der Räucherforelle und der Zitronencreme auf Tellern anrichten und servieren.



Vorspeise: „Jakobsmuscheln mit grünem Thai-Spargel, Spaghettini, Parmesantalern und Safranschaum“ von Guy Kohnen

Zutaten für zwei Personen

Für die Jakobsmuscheln:

6 Jakobsmuscheln, ausgelöst
100 g kleine grüne Thaispargel
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Spaghettini:

100 g Spaghettini
Salz, aus der Mühle

Für den Safranschaum:

1 Schalotte
1 Zehe Knoblauch
50 ml Sahne
100 ml Fischfond
50 ml trockenen Weißwein
3 g Soja-Lecithin-Puder
1 g Safranpuder
Butter, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

100 g Parmesan

Zubereitung

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für die Spaghettini einen Topf mit Wasser und Salz zum Kochen bringen.

Für den Safranschaum einen Topf mit Butter erhitzen. Die Schalotte und den Knoblauch abziehen, kleinhacken und anschwitzen. Anschließend mit dem Weißwein und dem Fischfond ablöschen und fünf Minuten einkochen lassen. Die Sahne zugeben und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Das Soja-Lecithin-Puder zugeben und mit dem Pürierstab aufschäumen. Den Safranpuder anschließend mit der Sauce vermengen.

Die Spargel waschen und die Enden abschneiden. Anschließend im Dampfeinsatz zehn Minuten garen.

Die Spaghettini in fünf Minuten al dente kochen.

Für die Garnitur den Parmesan auf ein Backpapier reiben und zwei Taler im Ofen zerschmelzen lassen.



Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und den Spargel kurz darin wenden. Den Spargel herausnehmen, eventuell etwas Olivenöl in die Pfanne geben und die Jakobsmuscheln von beiden Seiten scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Anschließend die Jakobsmuscheln mit den Spaghettini und dem Safranschaum auf Tellern anrichten, mit den Parmesantalern garnieren und servieren.



Vorspeise: „Sesam-Falafel mit buntem Salat, libanesischem Brot und Muhammara-Dip“ von Kathrin Weisenstein

Zutaten für zwei Personen

Für die Sesam-Falafel:

| | |
|--------|------------------------|
| 1 Dose | Kichererbsen |
| 1 | Zitrone |
| 1 | rote Zwiebel |
| 1 Zehe | Knoblauch |
| 1 | Ei |
| 2 EL | Mehl |
| ½ Bund | glatte Petersilie |
| 1 TL | gemahlener Kreuzkümmel |
| 50 g | Sesam |
| | Olivenöl, zum Anbraten |

Für den bunten Salat:

| | |
|--------|-----------------------------------|
| 2 | Salatherzen vom Romanasalat |
| 1 | gelbe Paprika |
| 1 | Radicchio |
| 1 | Tomate |
| ½ | Salatgurke |
| 1 | rote Zwiebel |
| ½ Bund | glatte Petersilie |
| ½ Bund | Schnittlauch |
| 5 EL | weißer Balsamico |
| 1 EL | Honig (flüssigen, dunklen, süßen) |
| 1 EL | scharfer Senf |
| 5 EL | Olivenöl |
| | Salz, aus der Mühle |
| | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Für das libanesisches Brot:

| | |
|-------|------------------------|
| 250 g | Mehl |
| 10 g | frische Hefe |
| ½ TL | gemahlene Fenchelsamen |
| 1 TL | Zucker |
| 1 TL | Salz |

Für den Muhammara-Dip:

| | |
|--------|---|
| 200 g | in Öl eingelegte geröstete rote Paprika |
| 1 | Zitrone |
| 1 | Schalotte |
| 1 Zehe | Knoblauch |
| 50 g | Walnüsse |
| 50 g | Semmelbrösel |
| 2 TL | Granatapfelsirup |
| 1 | getrocknete rote Chili |
| 1 TL | gemahlener Kreuzkümmel |
| 1 TL | gemahlener Koriander |
| 1 TL | Paprikapulver, edelsüß |



| | |
|--------|----------------------------------|
| 1 TL | schwarze Senfsamen |
| 1 | Muskatnuss |
| 1 Msp. | gemahlene Nelken |
| 1 Msp. | Zimt |
| 1 Msp. | Kardamom |
| | Salz, aus der Mühle |
| | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Zubereitung

Für das libanesische Brot das Mehl mit der Hefe, 140 Milliliter Wasser, den Fenchelsamen, Salz und Zucker mithilfe einer Küchenmaschine mit Knethaken zu einem homogenen Teig vermengen und 20 Minuten gehen lassen.

Für die Falafel eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen. Den Saft der Zitrone auspressen. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen, kleinhacken und anbraten. Die Kichererbsen in einer Schüssel mit einem Stabmixer pürieren. Die Petersilie hacken und zusammen mit dem Ei, dem Mehl und dem Kreuzkümmel untermengen. Mit etwas Zitronensaft abschmecken. Anschließend kleine Bällchen formen, in dem Sesam wenden und in der Pfanne ausbacken.

Für den Salat die Zwiebel abziehen und feinhacken. Die Paprika vom Grün befreien und zusammen mit dem Radicchio und den Salatherzen mithilfe des Wiegemessers kleinschneiden und vermengen. Die Tomate vom Strunk befreien und zusammen mit der Gurke fein würfeln und zu dem Salat geben. Die Petersilie und den Schnittlauch kleinhacken und untermengen. Das Olivenöl mit dem Balsamico, dem Honig und dem Senf zu einem Dressing vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Dressing zu dem Salat geben und gut vermengen.

Für den Dip die Schalotte und den Knoblauch abziehen und kleinhacken. Den Saft der Zitrone auspressen. Anschließend mit der eingelegten Paprika, dem Granatapfelsirup, der Chilischote, dem Kreuzkümmel, dem Koriander, dem Paprikapulver und den Senfsamen mithilfe eines Stabmixers zu einer Paste verarbeiten. Mit den gemahlene Nelken, dem Muskat, dem Zimt und dem Kardamom würzen und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend die Walnüsse und die Semmelbrösel in einem Standmixer zerkleinern und unter den Dip mengen.

Für das Brot eine Pfanne ohne Fett erhitzen. Teigfladen formen und kurz von beiden Seiten ausbraten.

Die Sesam-Falafel mit dem Salat, dem libanesischem Brot und dem Muhammara-Dip auf Tellern anrichten, den Dip mit einer Zitronenscheibe garnieren und servieren.