

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 17. Januar 2023 ▪
 15 Jahre Küchenschlacht ▪ „Heimatküche“ mit Nelson Müller



Robin Pietsch

Wirsingroulade mit Pilzrahmsauce und Kartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für die Wirsingroulade:

4 große Wirsingblätter
 250 g Schweinehackfleisch
 250 g Rinderhackfleisch
 1-2 Zwiebeln
 1 Ei
 1 EL Butter
 250 ml Geflügelfond
 1-3 EL Panko
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 240 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Wirsingblätter kurz blanchieren und abtropfen lassen. Zwiebel abziehen und fein hacken. Ei trennen und dabei das Eigelb auffangen. Hackfleisch gut mischen. 3 Esslöffel Zwiebeln, das Eigelb und Panko dazugeben, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und gut durchkneten.

Kohlblätter ausbreiten, je ¼ der Hackfleischmasse darauflegen.

Kohlblätter erst von der Seite einschlagen, dann von oben und unten.

Rouladen mit Küchengarn fixieren.

Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen und die Rouladen mit Farbe anbraten. Geflügelfond angießen, einen Deckel aufsetzen und alles etwa 10 Minuten schmoren.

Für die Pilzrahmsauce:

1-2 große Kräuterseitlinge
 100 g getrocknete Steinpilze
 1 Zwiebel
 3 EL kalte Butter
 50 ml Sahne
 1 EL Honig
 1 Zweig Rosmarin
 1 Zweig Thymian
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Getrocknete Steinpilze in Wasser einweichen. Kräuterseitlinge putzen, grob schneiden und in einer Pfanne mit einem Esslöffel Butter anschwitzen. Getrocknete Pilze ausdrücken und dazugeben. Mit Fond aus der Schmorpfanne (s.o.) ablöschen und die Sahne dazu gießen. Mit Salz und Pfeffer würzen und aufkochen lassen. Zum Schluss die Kräuter fein hacken, dazugeben und die kalte Butter einrühren. Mit Honig abschmecken. Je nach Geschmack passieren.

Für die braune Sauce (500 ml):

1 kg Rinderknochen
 50 g Möhren
 50 g Knollensellerie
 50 g Lauch
 ½ Zwiebel
 1 EL Tomatenmark
 75 ml Portwein
 75 ml Sherry
 1 L brauner Kalbsfond
 1 Lorbeerblatt
 3 Wacholderbeeren
 2 Pimentkörner
 10 Pfefferkörner
 20 g Zucker
 1 EL Pflanzenöl

Rinderknochen auf einem Ofengitter verteilen und für 10 Minuten im heißen Ofen rösten. Dabei ein tiefes Backblech als Fettpfanne in den Ofen stellen. Ofen auf 180 Grad herunterdrehen und die Knochen für weitere zwei Stunden rösten.

Möhren, Sellerie, Lauch waschen, putzen und schälen. In große Würfel schneiden. Zwiebel abziehen und ebenfalls grob würfeln.

Öl in einem großen Topf erhitzen und das Gemüse darin anbraten.

Tomatenmark und Knochen zugeben und mitrösten, bis sie hell- bis dunkelbraun sind. Mit Portwein und Sherry ablöschen. Fond hinzugeben. Sauce für zwei Stunden köcheln lassen.

In einer beschichteten Pfanne bei hoher Hitze Lorbeer, Wacholderbeeren, Piment- und Pfefferkörner kurz anrösten. Dann zur Brühe geben. Brühe weitere 30 Minuten köcheln lassen. Salzen, zuckern und erneut 30 Minuten köcheln lassen.

Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Sieb mit einem Passier- oder Geschirrhandtuch auslegen. Brühe durch das Sieb in einen weiteren Topf passieren und erneut aufkochen. Hitze reduzieren und die Sauce solange einkochen, bis sie eine sirupartige Konsistenz erreicht. Sauce mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken.

Für die Kartoffeln:

300 g Drillinge
1 EL Butter
150 ml Geflügelfond
½ Bund Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, bissfest kochen und abgießen. Im Topf Butter schmelzen, den Geflügelfond angießen und so lange einreduzieren, bis sich Butter und Fond verbinden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die gehackte Petersilie dazugeben. Darin die Kartoffeln kurz durchschwenken.

Für die Garnitur:

Beliebige Wildkräuter

Gericht mit Kräutern garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Richard Rauch

Spagatkrapfen mit Preiselbeeren, Vogelbeeren und Vanille-Schlagobers

Zutaten für zwei Personen

Für die Krapfen:

420 g glattes Weizenmehl
210 g Butter
3 Eier
50 ml Milch
50 ml Weißwein
100g Puderzucker
1 EL gemahlener Zimt
1 Prise Salz
1 L Öl, zum Herausbacken

Das Mehl auf die Arbeitsfläche geben und mit der Butter abbröseln, sodass keine Butterstücke mehr zu sehen sind.

Eier trennen und dabei die Eigelbe auffangen. Das Mehl zu einem Hügel zusammenschieben, in der Mitte ein Grübchen machen und die drei Eigelbe hineingeben. Gemeinsam mit der Milch verrühren und dabei Mehl einarbeiten. Anschließend den Weißwein und Salz hinzugeben und zu einem schönen glatten Teig kneten. Vorsicht, die Milch nicht direkt mit dem Wein vermischen. Die Milch könnte dabei gerinnen!

Spagatkrapfenteig in Frischhaltefolie wickeln und 5-6 Stunden, oder über Nacht, in den Kühlschrank legen. Am nächsten Tag den Teig dritteln. Die Arbeitsfläche leicht bemehlen. Jedes Drittel nacheinander messerrückendick mit einem Nudelholz ausrollen und mit einem Tafelmesser oder Teigrad zu 8x5 cm großen Rechtecken schneiden und wiederum kühl stellen.

Öl in einem kleinen Topf auf 160-180 Grad erhitzen. Die Teigstücke einzeln in die Spagatkrapfenzange einklemmen und im nicht zu heißen Öl goldbraun herausbacken. Das Fett soll leicht dahinblubbern und die Spagatkrapfen auf der Innenseite etwas Farbe annehmen, dann sind sie perfekt. Wir arbeiten zeitgleich mit zwei Spagatkrapfenzangen, sogenannte "Modeln", die genau in dem Topf Platz haben. Abwechselnd backen, herausnehmen, neu auflegen, backen und so weiter.

Die fertigen Spagatkrapfen aus der Zange nehmen und auf Küchenrolle abtropfen lassen.

Puderzucker mit Zimt gut verrühren. Spagatkrapfen nebeneinander legen und mit dem Zimtzucker bestreuen.

Für den Vanille-Schlagobers:

250 ml Schlagsahne
1 Vanilleschote

Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herauskratzen. Schlagsahne mit Vanillemark cremig aufschlagen und zu den Krapfen servieren.

Für die Garnitur:

100 g Preiselbeermarmelade
50 g eingelegte Vogelbeeren

Preiselbeermarmelade und Vogelbeeren mischen und zu den Krapfen servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Björn Freitag

Winterspinat-Graupen mit warmem Eigelb, Räucherforelle und weißem Schaum

Zutaten für zwei Personen

Für die Eier: Ein Sous-vide-Becken auf 72 Grad vorheizen und die Eier für ca. 17 Minuten hineinlegen.
3 Eier

Für die Graupen: Knoblauch abziehen und halbieren. Schalotten abziehen und würfeln. Eine gewürfelte Schalotte in Öl anschwitzen. Graupen dazugeben und mit der Hälfte des Fonds aufgießen. Mit Deckel etwa 15 Minuten köcheln lassen.
200 g Gerstengraupen
400 g frischer Winterspinat
1 geräucherte Forelle, im Ganzen
6 Schalotten
1 Knoblauchzehe
100 g Frischkäse
1 Flocke Butter
200 ml Milch
100 ml Sahne
500 ml Hühnerfond
2 EL Essig
1 Schuss Weißwein
1 Bund glatte Petersilie
1 Schale Gartenkresse
Neutrales Öl, zum Braten
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Laut WWF ist die **Meerforelle**, **Seeforelle** oder **Bachforelle** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand: Dezember 2022):

- 1. Wahl: Bachforelle, Seeforelle: Österreich (Aquakultur)
- 1. Wahl: ASC (Aquakultur) und BIO (Aquakultur)

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.





Sarah Henke

Korean Fried Chicken mit süßsaurem Rettich

Zutaten für zwei Personen

Für die Spicy Korean Chicken Sauce:

- 30 g Knoblauch
- 6 g frischer Ingwer
- 40 ml Sojasauce
- 80 g Gochujang (scharfe koreanische Paprikapaste)
- 10 g Gochugaru (Koreanische Paprikaflocken)
- 25 ml Sesamöl
- 30 g Reisessig
- 40 g Rohrzucker
- Neutrales Pflanzenöl, zum Braten

Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Ingwer ebenfalls hacken. Knoblauch und Ingwer in etwas Pflanzenöl farblos anschwitzen. Sojasauce, Gochujang, Gochugaru, Zucker, Sesamöl und Reisessig dazugeben und ca. 15 Minuten leicht köcheln lassen.

Für die Honig-Knoblauch-Sauce:

- 40 g Schalotten
- 20 g Knoblauch
- 15 g Honig
- 50 ml Reisessig
- 50 ml Austernsauce
- 50 ml Sesamöl
- 45 g Rohrzucker

Schalotten und Knoblauch abziehen, Schalotten hacken, Knoblauch fein hacken. Schalotten und Knoblauch in Sesamöl anrösten. Reisessig, Austernsauce, Rohrzucker und Honig dazugeben und leicht köcheln lassen.

Für das Fleisch:

- 6 Hühnerflügel
- 6 Hühner-Unterschenkel (so wie bei Chicken Wings)
- 1 Ei
- 60 g Weizenmehl
- 60 g Maisstärke
- 1 TL Backpulver
- 1 Liter Fett, zum Frittieren

Das Ei trennen und dabei das Eiweiß auffangen. Eiweiß etwas anschlagen. Weizenmehl, Maisstärke und Backpulver mischen.

Frittierfett auf 160 Grad erhitzen.

Fleisch erst durch Eiweiß ziehen, dann panieren und je nach Größe ca. 6-10 Minuten frittieren. Herausnehmen und auf Papier abtropfen lassen.

Fleisch erneut durch das Eiweiß ziehen, in der Panade wälzen und bei 180 Grad goldbraun frittieren. mit der Spicy Korean Chicken Sauce und Honig-Knoblauch-Sauce bestreichen und sofort servieren.

Für den Rettich:

- 1 Rettich
- 60 ml Reisessig
- 20 ml Rote-Bete-Saft
- 60 g Zucker
- 1 Msp. Kurkuma

Reisessig und Zucker solange verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Sud in drei Schälchen geben. In eine Schale Rote-Bete-Saft zur Essig-Zucker-Mischung geben, in die zweite Schale Kurkuma in die Essig-Zucker-Mischung rühren und die Essig-Zucker-Mischung in der dritten Schale „natur“ lassen. Rettich schälen, in dünne Scheiben und/oder Julienne schneiden und ggf. dekorativ ausstechen. Rettich in Rote-Bete-Essig-Mischung, Kurkuma-Essig-Mischung und in die Essig-Zucker-Mischung einlegen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Tarik Rose

Wild-Frikadelle mit Porree und Kartoffelstampf

Zutaten für zwei Personen

Für die Frikadellen:

ca. 800 g Wildhackfleisch
2 mittelgroße Zwiebeln
5 Knoblauchzehen
6 Scheiben Toastbrot
2 Eier
Senf, zum Abschmecken
Harissapulver, zum Abschmecken
Chilipulver, zum Abschmecken
1-2 Zweige glatte Petersilie
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Toastbrot würfeln und in Wasser einweichen. Zwiebeln und zwei Knoblauchzehen abziehen, würfeln und in etwas Olivenöl anschwitzen. Zum Hackfleisch geben. Eier, eingeweichtes und ausgedrücktes Toastbrot und fein gehackte glatte Petersilie zum Hackfleisch geben und gut vermengen. Frikadellenmasse mit Senf, Harissa, Chili, Salz und Pfeffer, abschmecken. Ca. 8 Frikadellen formen und in etwas Öl mit den restlichen, angedrückten Knoblauchzehen von beiden Seiten anbraten. Evtl. im Ofen fertigbaren.

Für den Porree:

2 Stangen Porree
1-2 Knoblauchzehen
50 g Butter
Crème Double, zum Abschmecken
Senf, zum Abschmecken
Ahornsirup, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Porree waschen und kleinschneiden. Knoblauch abziehen und hacken. Porree und Knoblauch in etwas Butter anschwitzen, mit Salz, Pfeffer, etwas Senf, Crème Double, Knoblauch und Ahornsirup abschmecken und kurz garen.

Für den Kartoffelstampf:

1 kg kleine festkochende Kartoffeln
150 g Butter
Fond, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einen Topf geben und eine braune Butter herstellen. Kartoffeln kochen, pellen und mit den restlichen Zutaten vermengen und grob stampfen.

Für die Garnitur:

100 g Senfkörner
½ Zwiebel
100 ml Apfelessig
50 g Ahornsirup
1 Lorbeerblatt
Apfelsaft, zum Ablöschen
1-2 Zweige glatte Petersilie
Speisestärke, zum Abbinden
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und schneiden. Senfkörner in reichlich Wasser mit Zwiebeln garen.
Essig mit Ahornsirup, etwas Salz, Pfeffer und Lorbeer einkochen. Evtl. mit etwas Apfelsaft ablöschen und mit etwas Stärke abbinden. Die abgetropften Senfkörner zum Sud geben und schwenken.
Petersilie für die Deko verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Fabio Haebel

Cornflakes-Cordon-bleu mit grünem Salat

Zutaten für zwei Personen

Für das Cordon bleu:

300 g Schweinefilet
100 g gewürfelter Speck
1 Packung Cornflakes, natur, ungesüßt
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
60 g Emmentaler oder Gruyère
1-2 Eier
50 ml Sahne
Mehl, zum Mehlieren
500 ml Sonnenblumenöl
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Schweinefilet in vier gleich große Scheiben schneiden und mit dem Handrücken plattdrücken. Alternativ das Fleisch mit einem Fleischklopfert und zwei Frischhaltebeuteln handtellergroß breit klopfen. Das Fleisch muss sehr dünn sein. Scheiben nebeneinander ausbreiten.

In einer Pfanne den Speck kurz anbraten und anschließend auf 2 Fleischscheiben verteilen. Auf den Speck den Käse geben, mit einer Prise Pfeffer würzen und mit einer der übrigen Fleischscheiben bedecken. Das Paket mit der Hand kräftig zusammendrücken und nun vorsichtig panieren. Dafür das Fleisch zuerst in Mehl, dann in Ei-Sahne-Mischung und zum Schluss in zerstoßenen Cornflakes panieren. Den Schritt Ei-Sahne und Cornflakes kann man wiederholen, wenn man etwas mehr Panier möchte.

Die Cordon-bleu-Pakete in Fett schwimmend ausbacken und nur gelegentlich wenden. Dabei eine halbierte Schalotte sowie eine angedrückte Knoblauchzehe als Aromaten in das Fett geben.

Für den Salat:

½ Kopfsalat
½ Schalotte
½ Zitrone, davon Saft
25 ml Sahne
25 ml Weißweinessig
½ Bund Schnittlauch
½ TL Senf
25 ml Sonnenblumenöl
Salzflocken, zum Abschmecken

Schalotte abziehen und fein schneiden. Saft einer halben Zitrone auspressen. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden.

In einer Schüssel aus Weißweinessig, Öl, Sahne, Senf, Schnittlauch, Zitronensaft und Schalotte eine kräftige Salatsauce anrühren und diese mit Salz abschmecken. Mit dem Kopfsalat vermischen.

Für die Garnitur:

1-2 EL gewürfelter Speck
1 Schalotte
½ Zitrone, davon Saft
Einige Halme Schnittlauch
Salz, aus der Mühle

Schalotte abziehen und in sehr feine Streifen schneiden. Mit Salz und etwas Zitronensaft marinieren und ziehen lassen. Schnittlauch fein schneiden. Speckwürfel in einer Pfanne anbraten, Schnittlauch hinzugeben, kurz schwenken und mit den Zwiebeln zum Fleisch servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 17. Januar 2023 ▪
15 Jahre Küchenschlacht ▪ „Heimatküche“ ▪ Zusatzgericht von Nelson Müller



Halve Hahn

Zutaten für zwei Personen

Für den Halve Hahn:
2 Roggenbrötchen
8 Scheiben mittelalter Gouda
4 Cornichons
Butter, zum Bestreichen
Senf, zum Garnieren
Paprikapulver, zum Bestreuen
Krause Petersilie, zum Garnieren

Das Brötchen halbieren und die Hälften mit Butter bestreichen. Auf jede Hälfte zwei Käsescheiben legen. Mit Paprikapulver bestreuen. Cornichons einschneiden und auffächern. Auf die Brötchenhälften legen. Mit Senf und Petersilie ausgarnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.