

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 06. Dezember 2024** ▪
Finalgericht von Björn Freitag



Entenbrust mit Kumquat-Sauce, Semmelknödeln und gegrilltem Spitzkohl

Zutaten für zwei Personen

Für die Entenbrust:

2 Barbarie-Entenbrüste
Neutrales Pflanzenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Haut der Entenbrüste V-förmig einschneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Dann in einer heißen Pfanne mit etwas Öl auf der Hautseite anbraten. Anschließend wenden, auf einem Backblech in den Ofen geben und ca. 12 Minuten im Ofen ziehen lassen. Kurz vor dem Anrichten erneut in eine heiße Pfanne mit der Hautseite nach unten in etwas Öl kurz braten, bis die Haut kross ist.

Für die Kumquat-Sauce:

1 kleine Schalotte
150 g Kumquats
2 Orangen, Saft
1 EL Butter
50 ml heller Portwein
200 ml Geflügelfond
1 TL Sojasauce
Flüssiger Honig, zum Süßen
1 Prise Zimt
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kumquats waschen, halbieren, Kerne entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Schalotte abziehen, fein würfeln und in einem kleinen Topf in Butter bei mittlerer Hitze glasig anschwitzen. Kumquats hinzufügen und kurz mitdünsten. Mit Portwein ablöschen und diesen kurz einkochen lassen, bis die Flüssigkeit fast verdampft ist. Orangen auspressen und Saft auffangen. Orangensaft und Geflügelfond angießen.

Alles gut verrühren und auf kleiner bis mittlerer Hitze ca. 12-15 Minuten köcheln lassen, bis die Sauce leicht eingedickt ist. Sauce mit Honig, Sojasauce, Zimt, Salz und Pfeffer abschmecken.



Die Sauce kann nach Belieben mit den Kumquat-Scheiben serviert werden, man kann sie aber auch pürieren und passieren. Nach dem Passieren nochmals mit Fond und Orangensaft verfeinern, sollte die Sauce zu dick sein.

Für die Semmelknödel:
 150 g Knödelbrot
 1 kleine Zwiebel
 1 Ei
 100 ml Milch
 1 EL Butter
 2 Zweige glatte Petersilie
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Milch in einem Topf leicht erwärmen und über das Knödelbrot gießen. Gut vermischen und etwa 10 Minuten ziehen lassen, bis das Knödelbrot die Milch aufgesogen hat.

Zwiebel abziehen, fein würfeln und in Butter bei mittlerer Hitze glasig anschwitzen.

Ei verquirlen und zusammen mit den angeschwitzten Zwiebeln und Petersilie zu den eingeweichten Brötchen geben. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss würzen und alles gut vermengen. Anschließend mit leicht angefeuchteten Händen vier kleine Knödel formen.

Einen großen Topf mit leicht gesalzenem Wasser zum Kochen bringen, die Hitze reduzieren, sodass das Wasser nur noch simmert. Die Knödel vorsichtig hineingeben und etwa 15–20 Minuten ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen. Die Knödel aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und sofort servieren.



Ist die Knödelmasse zu feucht, können noch mehr Brötchenwürfel eingearbeitet werden. Ist die Masse zu trocken, noch etwas warme Milch bis zur gewünschten Konsistenz hinzugeben.

Für den gegrillten Spitzkohl:
 1 kleiner Spitzkohl
 ½ Zitrone, Saft
 20 g Parmesan
 1 Zweig Thymian
 1 Zweig Rosmarin
 2 TL Ahornsirup
 2 TL dunkler Balsamico
 2 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Spitzkohl vierteln. Dabei den Strunk nicht abschneiden, der hält den Spitzkohl zusammen. Spitzkohl anschließend gründlich waschen und trockentupfen. Spitzkohl-Viertel mit Olivenöl bestreichen und mit Salz und Pfeffer würzen. Schnittseiten mit Honig und Balsamico beträufeln.

Spitzkohl in einer Grillpfanne bei mittlerer Hitze ca. 4-5 Minuten pro Seite grillen, bis er goldbraun und leicht karamellisiert ist. Die äußeren Blätter dürfen ruhig etwas dunkler werden – das bringt mehr Aroma.

Rosmarin und Thymian abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Parmesan reiben. Gegrillten Spitzkohl mit etwas Zitronensaft beträufeln und mit geriebenem Parmesan und geschnittenen Kräutern garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Zusatzzutaten von Marie:
 Semmelbrösel
 Piment d'Espelette
 Haselnüsse

Marie verwendete Semmelbrösel zum Verfeinern der Knödel. Mit Piment d'Espelette würzte sie die Kumquat-Sauce und die Haselnüsse verwendete sie geröstet als Topping für den Spitzkohl.

Zusatzzutaten von Lydia:
 Semmelbrösel
 Speisestärke
 Piment d'Espelette

Lydia verwendete ebenfalls Semmelbrösel zum Verfeinern der Knödel und Piment d'Espelette für die Kumquat-Sauce. Außerdem verwendete sie Speisestärke zum Andicken der Sauce.

Die Küchenschlacht – Menü am 06. Dezember 2024 ▪ Zusatzgericht von Björn Freitag



Gezupfter Lachs mit weihnachtlichem Gewürz-Risotto

Zutaten für zwei Personen

Für den Risotto:

180 g Risottoreis
80 g TK-Zwetschgen
1 kleine Birne
½ Orange, Schale
½ Zitrone
1 kleine Zwiebel
40 g Parmesan
300 ml Hühnerfond
150 ml trockener Rotwein
2 cl Weinbrand
2 Sternanis
1 Vanilleschote
1 Prise Zucker
Rapsöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Rotwein und Hühnerfond in einem Topf erwärmen. Zwiebel abziehen, fein schneiden und in einer tiefen Pfanne (am besten in einer Wokpfanne mit einem flachen Boden) in etwas Rapsöl braten. Sternanis und eine angeschnittene Vanilleschote zu den Zwiebeln geben, kurz mitbraten und mit einer Prise Zucker leicht karamellisieren lassen. Weinbrand hinzugeben, mit einem Küchenbrenner oder Feuerzeug anzünden und flambieren lassen. Reis hinzugeben und umrühren. Schale einer halben Orange und einer halben Zitrone hinzugeben. Mit zweidrittel des vorgewärmten Suds auffüllen, umrühren, Deckel aufsetzen und das Ganze für ca. 15 Minuten bei kleinster Stufe ziehen lassen. Dabei gelegentlich umrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zwetschgen halbieren, hinzugeben und nochmals umrühren. Birne mit einem Kugelausstecher ausstechen. Birnenkugeln zum Risotto geben. Restlichen Sud hinzugeben und nochmals umrühren. Parmesan reiben und in das Risotto rühren. Vor dem Servieren nochmal mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nach Geschmack Risotto mit geriebenem Parmesan garnieren.

Für den Lachs

300 g Lachsfilet mit Haut
Rapsöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle

Lachs auf der Hautseite in Rapsöl braten. Fisch mit Salz würzen. Kurz vor Garenden wenden und nochmal auf der Fleischseite braten. Lachs aus der Pfanne nehmen, von der Haut lösen und zupfen.

Für die Pilze:

6 braune Champignons

Pilze putzen und vierteln. Pilze mit zum Lachs geben und braten. Fertiggebratene Pilze kurz vorm Servieren in das Risotto geben.

Für die Garnitur:

2 Zweige glatte Petersilie

Petersilie für die Garnitur zupfen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist **pazifischer Lachs** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen: (Stand November 2024):

- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Alaska, Wildfang (alle Fangmethoden)
- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Kanada, Buckellachs (*Oncorhynchus gorbuscha*), Ketalachs (*Oncorhynchus keta*): Umschließungsnetze (Ringwaden), Haken und Langleinen (Schleppangeln)