

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 13. Januar 2025 ▪
Leibgericht mit Alexander Kumptner



Franziska Kolb

**Rinderfilet mit Chili-Spitzkohl-Rahmgemüse,
Pastinakenpüree und karamellisierten Zwiebeln**

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Rinderfilets à 200 g, ca. 4 cm dick,
Raumtemperatur
1-2 Knoblauchzehen
1-2 rote Chilischoten
3 EL weiche Butter
1 EL Fenchelsamen
8 getrocknete Wacholderbeeren

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Rinderfilet trocken tupfen. Chilischoten entkernen und fein hacken. Knoblauch abziehen und pressen. Fenchelsamen und Wacholderbeeren mischen und im Mörser zermahlen. Chili, Knoblauch und Fenchel-Wacholderbeer-Mischung mit der Butter vermengen. Rinderfilet mit der Hälfte der Butter einreiben und solange wie möglich ziehen lassen. Rinderfilet in einer Pfanne 3-4 Minuten pro Seite scharf anbraten, dann aus der Pfanne nehmen und im heißen Ofen auf dem Rost bis zu einer Kerntemperatur von 52-54 Grad fertig garen.

Den Bratensaft in das Spitzkohlgemüse geben.

Restliche Würz-Butter für den Spitzkohl verwenden.

**Für das Chili-Spitzkohl-
Rahmgemüse:**

1 mittelgroßer Spitzkohl
Restliche Würz-Butter, von oben
250 ml Kochsahne, 15 % Fett
1 Prise Zucker
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Strunk des Spitzkohls entfernen. Zwei Spitzkohlblätter für die Garnitur beiseitelegen. Spitzkohl in Streifen schneiden. Mit der übrigen Würz-Butter in einer Pfanne schmoren bis er noch leicht bissfest ist. Mit Kochsahne ablöschen, Bratensaft des Fleisches zugeben und mit Zucker, Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Für das Püree:

300 g Pastinaken
1 Zitrone, Saft
50 g kalte Butter
65 ml Vollmilch
65 ml Kochsahne, 15 % Fett
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Milch und Kochsahne in einen Topf geben und salzen. Pastinaken schälen, in grobe Stücke schneiden, in der gesalzenen Milch-Sahne-Mischung aufkochen und weich garen. Pastinaken aus dem Sud schöpfen. Mit der Butter in einen Becher geben und mit dem Stabmixer zu einem weichen Püree mixen. Mit Zitronensaft, Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Zwiebeln:

3 kleine Zwiebeln
Puderzucker, zum Karamellisieren
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebeln abziehen und die äußeren Hüllen abzupfen. Öl mit Puderzucker, Salz und Pfeffer mischen und die Zwiebeln darin marinieren. In einer kleinen Pfanne anbraten.

Für die Garnitur: Gericht mit Fenchelgrün und Chiliflocken garnieren.
Spitzkohlblätter, von oben Wasser mit Natron aufkochen und die Spitzkohlblätter darin kurz
Fenchelgrün, zur Garnitur blanchieren, danach abschrecken.
Chiliflocken, zum Bestreuen Auf dem Spitzkohlblatt das Chili-Spitzkohl-Rahmgemüse anrichten, 2-3
1 TL Natron Püree-Nocken drumherum verteilen, das Fleisch halbieren und schön
drapieren.
Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Konstantin Schütz

Glasierte Entenbrust mit lauwarmem Linsensalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Ente:

1 große Entenbrust mit Haut
 1 TL mittelscharfer Senf
 2 EL Blütenhonig
 1 EL Aceto Balsamico di Modena
 1 EL Sojasauce
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Senf, Honig, Balsamico und Sojasauce glattrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Fettseite der Ente einritzen und bei geringer Hitze anbraten, daraufhin die Temperatur stark erhöhen und die Ente krossbraten.

Mit der Marinade die obere Seite bestreichen, wenden und 4-5 Minuten anbraten. Ente aus der Pfanne nehmen und im heißen Ofen fertiggar.

Für den Linsensalat:

120 g rote Linsen
 40 g Möhren
 40 g Lauch
 40 g Staudensellerie
 40 g Schalotten
 2-3 EL Butter
 400 ml Geflügelfond
 2 TL mittelscharfer Senf
 1 EL Tomatenmark
 5 EL Aceto Balsamico di Modena
 2 EL Blütenhonig
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Möhren schälen, Schalotten abziehen und beides kleinhacken.

Lauch und Sellerie putzen und ebenfalls klein hacken. Möhren, Schalotten, Lauch und Sellerie im Olivenöl anschwitzen. Tomatenmark, etwas Balsamico und etwas Senf dazugeben. Linsen hinzufügen und mit dem Geflügelfond übergießen. Alles einkochen lassen und anschließend mit dem restlichen Senf und Balsamico, sowie der Butter, Salz und Pfeffer abschmecken. Salat auf ein Eisbad stellen, um den Salat herunterkühlen.

Für die Dekoration:

4 Basilikumblätter

Basilikum als Garnitur verwenden.

Salat auf dem Teller anrichten, Ente in dünne Streifen schneiden und Röschen artig auf dem Teller anrichten. Etwas von der Sauce der Linsen drum herum verteilen und mit Basilikumblättern verzieren.



Charlotte Roth

Auf der Haut gebratener Lachs mit Sanddorn-Orangensauce, Erbsenpüree, gebratenen Kräuterseitlingen und Kartoffelrosen

Zutaten für zwei Personen

Für den gebratenen Lachs:

2 Stück Lachs, mit Haut
2 Zitronen, Saft & Scheiben
2 Limetten, Saft & Scheiben
50 g Honig
50 ml Weißwein
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
5 g Chiliflocken
Neutrales Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Honig zusammen mit Weißwein, Chiliflocken, Salz und Pfeffer in einen Topf geben und leicht reduzieren lassen. Thymian und Rosmarin dazugeben. Den Saft einer Zitrone und einer Limette auspressen und Sud damit ablöschen.

Lachs abspülen und trockentupfen. Mit der Hautseite nach unten in eine Pfanne mit etwas Öl geben und langsam goldbraun werden lassen. Übrige Zitrone und Limette in Scheiben schneiden und auf den Fisch legen. Fisch mitsamt der Zitronen- und Limettenscheiben wenden und gar ziehen lassen.

Für die Kartoffelrosen:

500 g mittel, große und kleine
festkochende Kartoffeln
5 g Chiliflocken
Neutrales Öl, zum Einpinseln
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln waschen und in sehr feine Scheiben hobeln. Kartoffelscheiben mit Öl einpinseln und mit Chiliflocken, Salz und Pfeffer würzen. Kartoffelscheiben in ein kleines rundes Gefäß oder in Muffinformen immer überlappend legen. Dabei von außen nach innen arbeiten. Kartoffelrosen im heißen Ofen goldbraun backen.

Für die gebratenen Kräuterseitlinge:

4 Kräuterseitlinge
2 Zweig Thymian
1 Zweige Rosmarin
Neutrales Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kräuterseitlinge putzen und in Scheiben schneiden. Leicht einritzen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne in Öl goldbraun braten. Thymian und Rosmarin zum Braten hinzugeben. Pilze auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das Erbsenpüree:

400 g TK-Erbsen
2 große Kartoffeln
50 g Butter
200 ml Sahne
100 ml Milch
Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, klein schneiden und in ca. 100 ml Sahne und Milch weich kochen. Wenn die Kartoffeln gar sind, die Erbsen zugeben und heiß werden lassen. Ggf. mit Butter verfeinern und salzen.

Für die Sanddorn-Orangensauce:

1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
3-4 Orangen, Saft
1 Zitrone, Saft
1 Limette, Saft
200 g Butter
200 ml Sahne
250 ml Geflügelfond
200 ml halbtrockener Weißwein
75 ml weißer Portwein
50 g Honig
100 ml Sanddornsaft
20 g getrocknete Chiliflocken
Sojalecithin, zum Aufschäumen
Neutrales Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein schneiden. In etwas Öl anschwitzen und mit Portwein und Weißwein ablöschen. Orangen auspressen und 100 ml Orangensaft mit Sanddornsaft zugeben. Fond angießen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Sauce reduzieren lassen. Sahne angießen. Mit Butter montieren oder falls nötig etwas Sojalecithin einrühren. Sauce mit Zitronen- und Limettensaft, Honig und Chiliflocken abschmecken.

Für die Garnitur:

150 g Erbsensprossen
Essbare Blüten

Gericht mit Sprossen und Blüten garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist **Pazifischer Lachs** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand Dezember 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)



Helmut Wagner

Gebratene Maishähnchenbrust mit Sahnesauce, Fenchelgemüse, karamellisierten Fenchelsamen, Vanille-Karotten und gebratenen Champignons

Zutaten für zwei Personen

Für die Hähnchenbrust:

2 Maishähnchenbrust à 150 g, mit Haut
1 EL Korianderkörner
1 EL Fenchelsamen
1 EL schwarzer Pfeffer
1 EL weißer Pfeffer
Neutrales Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Koriander, Fenchelsamen, schwarzen und weißen Pfeffer in einen Mörser geben und mahlen. Etwas von der Pfeffer-Mischung für das Fenchelgemüse beiseitestellen.

Maishähnchen salzen und in einer Pfanne in Öl von beiden Seiten für ca. 4 Minuten anbraten. Mit der Pfeffermischung bestreuen und im Ofen für ca. 18-20 Minuten fertig garen. Das Fleisch sollte eine Kerntemperatur von 75-80 Grad haben. Fleisch vor dem Servieren in Tranchen schneiden.

Für das Fenchelgemüse und die Sauce:

200 g kleine Fenchelknollen mit Grün
4 Schalotten
½ Orange, Abrieb
1 Zitrone, Saft
20 g Butter + Butter zum Abbinden
150 g Sahne
50 ml Weißwein, z.B. Weißburgunder
100 ml Hühnerfond
3 Zweige Dill
1 EL Steinpilzpulver
Pfeffer-Mischung, s.o.
Speisestärke, zum Andicken
1 EL neutrales Öl
Salz, aus der Mühle

Orange heiß abspülen und eine Messerspitze Abrieb abreiben. Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Pilzpulver in Wasser einweichen. Öl und Butter in einem kleinen Topf erhitzen.

Fenchelknollen putzen und senkrecht in 5 mm dicke Scheiben, dann in Streifen schneiden. Schalotten abziehen und längs blättrig schneiden. Dill klein hacken.

Schalotten in Butter-Öl-Gemisch glasig dünsten. Dann Fenchel dazugeben und für 3 Minuten dünsten. Mit Weißwein ablöschen und Fond sowie Pilzpulver hinzufügen. Zugedeckt für 10-12 Minuten weiterdünsten. Dann den Deckel vom Topf nehmen und einkochen lassen. 100 g Sahne zugeben und weiter dicklich einkochen lassen. Mit Orangenabrieb abschmecken.

Sollte die Sauce noch zu dünnflüssig sein, das Fenchelgemüse herausnehmen und warmhalten. Sauce weiter einkochen oder mit angerührter Speisestärke oder kalten Butterstücken binden. Mit Salz und der Pfeffermischung würzen. Ggf. mit Zitronensaft abschmecken. Mit Dill und Fenchelgrün bestreuen.

Für die Vanille-Karotten:

170 g Baby-Karotten, mit Grün
Butter, zum Anbraten
1 Zweig Dill
¼ Vanilleschote
Salz, aus der Mühle

Pfanne erhitzen und Butter darin schmelzen.

Karotten schälen, dabei noch ca. 1-2 cm Grün dranlassen. Größere Karotten längs halbieren. Karotten in die Pfanne geben.

Vanilleschote längs halbieren, das Mark herauskratzen und mit in die Pfanne geben. Karotten bei mittlerer Hitze sanft garen, zwischendurch mit flüssiger Butter begießen. Mit Salz würzen.

Dill hacken, zum Schluss zu den Karotten geben und schwenken.

Für die Champignons:

5 braune Champignons
Öl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Öl in einer Pfanne erhitzen.

Pilze putzen und in ca. 1 cm dicke Stücke schneiden, dann in die Pfanne geben und für ca. 2 Minuten anbraten, so dass sie einen guten Biss bekommen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die karamellisierten Fenchelsamen:
1 EL Fenchelamen
1 EL Zucker

In einer Pfanne den Zucker karamellisieren, dann die Fenchelsamen dazugeben und kurz darin karamellisieren lassen. Auf einen Teller oder Backpapier stürzen und klein hacken.

Das Fleisch auf Tellern platzieren. Das Fenchelgemüse aus der Sauce nehmen und neben dem Fleisch anrichten. Die Sauce über das Hähnchen geben und dieses mit den karamellisierten Fenchelsamen toppen. Vanille-Karotten dekorativ anlegen und Gericht servieren.



Irene Andergassen Prantl

Rote-Bete-Serviettenknödel mit Käsesauce, Rosenkohlblättern und Parmesan-Chip

Zutaten für zwei Personen

Für die Serviettenknödel:

200 g vorgegarte Rote Bete
 40 g Zwiebel
 ½ Knoblauchzehe
 150 g Knödelbrot
 100 g Magerquark, 0,2% Fett
 2 Eier
 1 EL Butter
 1 EL gehackte Petersilie
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Rote Bete in ein hohes Gefäß geben. Zwiebel und Knoblauch abziehen, klein schneiden und mit der Butter glasig dünsten. Dann zusammen mit dem Quark, den Eiern, Salz und Pfeffer zu der Roten Bete geben. Alles mit dem Pürierstab mixen und zum Knödelbrot geben. Gehackte Petersilie dazugeben und alles gut vermischen. Kurz zur Seite stellen und für mindestens 15 Minuten ruhen lassen.

Knödelmasse auf eine Klarsichtfolie auftragen und zu einer Rolle von etwa 4 cm Durchmesser einrollen. Mit Alufolie umwickeln und für 12 Minuten in kochendem Wasser garen. Serviettenknödel aus dem Wasser nehmen, Folien entfernen und zum Servieren halbieren oder in Scheiben schneiden.

Für die Sauce:

100 g Taleggio-Käse
 80 g Parmesan
 200 ml Sahne
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Taleggio schneiden, Parmesan reiben. Sahne in einem Topf aufkochen, Hitze reduzieren und Taleggio und Parmesan hinzugeben. So lange rühren, bis eine cremige Sauce entsteht. Vorsichtig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Rosenkohl:

6 Köpfe Rosenkohl
 1 EL Butter
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rosenkohlblätter abzupfen und kurz in Salzwasser blanchieren. Anschließend in Butter schwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Parmesan-Chip:

100 g Parmesan

Parmesan reiben, in kleinen Häufchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und im heißen Ofen für 10 Minuten backen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Maximilian van Afferden

Hirschrückensteak mit Cranberry-Sauce, Majoran-Blumenkohlpüree und gebratenen Kräuterseitlingen

Zutaten für zwei Personen

Für den Hirschrücken:

2 Hirschrückensteaks, ausgelöst, ca. 3
Finger dick geschnitten
25 g Butter
Neutrales Öl, zum Anbraten
1 Zweig Rosmarin
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Cranberry-Sauce:

50 g frische Cranberrys, alternativ TK
100 g Äpfel
1 Orange, Saft & Abrieb
25 g Butter
50 ml lieblicher oder halbtrockener
Rotwein
1 Msp. gemahlener Zimt
25 g brauner Zucker

Für das Blumenkohlpüree:

200 g Blumenkohl
1 Zwiebel
50 g Butter
100-150 ml Kochsahne, 15 % Fett
2 Zweige Majoran
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Kräuterseitlinge:

8 mittelgroße Kräuterseitlinge
1 Orange, Saft
1 Zwiebel, klein
25 g Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 170 Grad Umluft vorheizen.

In einer Pfanne das Öl erhitzen. Steaks dazugeben und scharf anbraten. Dann von der Hitze nehmen und die Butter sowie Rosmarin dazugeben. Fleisch in den Ofen geben und gelegentlich mit der zerlassenen Butter übergießen. Das Fleisch sollte eine Kerntemperatur von 48°C haben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Äpfel schälen und in kleine Stücke schneiden.

Äpfel, Cranberrys, Zucker und Zimt zusammen mit 35 ml Wasser in einem Topf aufkochen und für ca. 15 Minuten einkochen lassen, gelegentlich umrühren. Nach 15 Minuten mit einem Stampfer einmal durchstampfen.

Orange heiß abspülen, 1 TL Abrieb abreiben, dann Orange halbieren und 50 ml Saft auspressen. Orangenabrieb, Orangensaft, Rotwein und Butter zum Obst geben und nochmal alles zusammen aufkochen lassen.

Zwiebel abziehen und würfeln.

Blumenkohl in gesalzenen Wasser gar kochen, dann über einem Sieb abgießen.

Butter in einer Pfanne erhitzen und 1 EL gewürfelte Zwiebeln darin glasig anschwitzen. Blumenkohl dazugeben. Mit der Sahne ablöschen und mit einem Stabmixer pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Majoran klein hacken und unter das Püree heben.

Zwiebel abziehen und würfeln. Kräuterseitlinge je nach Größe vierteln oder halbieren.

Orange halbieren und den Saft von einer Orangenhälfte auspressen. Butter in einer Pfanne erhitzen, ½ EL der gewürfelten Zwiebel dazugeben und glasig anschwitzen. Kräuterseitlinge zugeben und direkt mit Salz und Pfeffer würzen.

Danach den Saft der halben Orange darüber geben und nach 30 Sekunden von der Hitze nehmen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.