

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 21. Februar 2025** ▪
ChampionsWeek ▪ **"Finalegericht" von Björn Freitag**



**Lammkarree mit Bucheckernkruste, dunkler Gewürzjus
und zweierlei Petersilienwurzel**

Zutaten für zwei Personen

Für das Lammkarree mit Kruste:

1 Lammkarree am Stück mit
Stielknochen, à 600 g, ohne Fett und
Silberhaut
4 EL geröstete Bucheckern
1 Ei
50 g weiche Butter
1 EL Butterschmalz
2 EL Waldhonig
2-3 EL Pankomehl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad vorheizen.

Ei trennen und Eigelb auffangen. Die weiche Butter und das Eigelb mit einem Schneebesen kurz aufschlagen. Die Bucheckern grob hacken und zusammen mit dem Panko unter die Ei-Butter-Masse heben. Masse mit Waldhonig, Salz und Pfeffer abschmecken. Dann die Masse zwischen Backpapier ausrollen und in den Kühlschrank legen.

Mit einem kleinen Messer die Knochen des Lammkarrees sauber putzen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin anbraten. Dann im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten garen. Die Kerntemperatur sollte bei 54 Grad liegen.

Kurz vor dem Anrichten einen Streifen von der Kruste auf das Fleisch legen. Den Ofen auf 220 Grad Grillfunktion umstellen und das Fleisch mit Kruste etwa 5 Minuten gratinieren.

Für die Jus:

400 ml dunkler Bratenfond
1 TL dunkle Misopaste
1 EL Ketjap Manis
2 EL Mirinessig
1 Sternanis
1 Zimtstange
½ TL Fünf-Gewürze-Pulver
½ TL Szechuan-Pfefferkörner
Speisestärke, zum Binden

Pfeffer mit der Zimtstange und dem Sternanis in einer Pfanne ohne Fett kräftig rösten, anschließend mit allen Flüssigkeiten ablöschen.

Sauce kräftig einkochen lassen und vor dem Servieren durch ein feines Sieb passieren. Mit dem Fünf-Gewürze-Pulver und Misopaste abschmecken.

Sollte die Sauce zu dünn sein, mit etwas Stärke abbinden.

Für die Petersilienwurzel:

3 Petersilienwurzeln
1 Schalotte
1 Zitrone, Abrieb
2 EL Butter
60 ml Sahne
300 ml Gemüsefond
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Petersilienwurzeln schälen. Die Hälfte der Wurzeln in kleine Würfel schneiden. Schalotte abziehen und klein schneiden. Die in Würfel geschnittene Petersilienwurzel und Schalotte in Butter anschwitzen, dann mit 150 ml Fond sowie der Sahne aufgießen. Mit geschlossenem Deckel etwa 15 Minuten garen. Mit Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer abschmecken und alles fein pürieren oder stampfen.

Die restlichen Petersilienwurzeln in formschöne Stifte schneiden und in einer kleinen Pfanne in Butter und restlichem Fond glasieren, bis sie gar, aber bissfest sind. Ebenfalls abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Zusatzzutaten von Franziska: *Die Petersilie gab Franzi gehackt zu den glasierten Petersilienwurzelstiften. Ihren Petersilienwurzelstampf schmeckte sie mit Muskat ab. Mit dem rosa Pfeffer würzte sie die glasierten Petersilienwurzelstifte sowie das Fleisch.*

Zusatzzutaten von Robert: *Mit dem Sake schmeckte Robert seine Jus ab. Die Petersilie gab er gehackt zu den glasierten Petersilienwurzelstiften und seinen Petersilienwurzelstampf schmeckte er mit Muskat ab.*

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 21. Februar 2025** ▪
ChampionsWeek ▪ **"Warenkorb" Zusatzgericht von Björn Freitag**



**Rehrücken aus dem Asia-Sud mit
Petersilienwurzelstampf und Pak Choi**

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch im Sud:
1 küchenfertiger Rehrücken
10 cm Ingwer
500 ml Wildfond
50 ml Ketjap Manis
30 ml Sojasauce
50 ml dunkler Balsamicoessig
25 ml Reisessig
1 Stange Zitronengras
1 Zweig Lorbeer, ca. 6-8 Blätter
1 EL Shichimi Togarashi
4-5 Sternanis
2 Zimtstangen

Den Ingwer in Scheiben schneiden. Einen Topf erhitzen und Sternanis, Zimtstangen und Ingwer ohne Fett anschwitzen. Zitronengras anklopfen und zusammen mit Lorbeer und Shichimi Togarashi in den Topf geben. Kurz mit anschwitzen. Dabei darauf achten, dass die Gewürze nicht verbrennen. Mit Wildfond ablöschen. Dann Ketjap Manis, Sojasauce, Balsamicoessig und Reisessig dazugeben. Den Sud auf eine Temperatur von ca. 80 Grad bringen, dann das Fleisch hineinlegen und ziehen lassen. Das Fleisch zwischendurch wenden. Außerdem die Kerntemperatur des Fleisches zwischendurch messen. Sie sollte am Ende 55 oder 56 Grad betragen. Fleisch vor dem Servieren in Tranchen schneiden.



Den Asia-Sud kann man gut kaltstellen und später wieder verwenden, z.B. für ein Fondue.

Für den Stampf:
2 Petersilienwurzeln
1 Schalotte
200 ml Sahne
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Petersilienwurzeln schälen und klein schneiden. Schalotte abziehen und fein schneiden. Petersilienwurzel einen Topf mit etwas Wasser und Sahne geben, Schalotten zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und kräftig einkochen lassen. Dann stampfen oder pürieren.

Für den Pak Choi:
2 Pak Choi
Rapsöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle

Pak Choi putzen und halbieren. Pfanne erhitzen und den Pak Choi in etwas Rapsöl braten. Mit Salz würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.