

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 08. Juni 2020** ▪  
**Leibgericht mit Cornelia Poletto**



**Pepe**

**Rosa gebratenes Kalbsfilet mit Kartoffel-Blumenkohlstampf, roter Zwiebelmarmelade und frittiertem Rucola**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für das Kalbsfilet:**

400 g Kalbsfilet  
 2 Knoblauchzehen  
 2 Zweige Thymian  
 1 Zweig Rosmarin  
 Butter, zum Braten  
 BBQ-Gewürz, zum Würzen  
 Rapsöl, zum Braten  
 Fleur de Sel, zum Würzen  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Fleisch waschen und trockentupfen. In zwei gleichgroße Medaillons schneiden. In einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten scharf anbraten. Im vorgeheizten Backofen ca. 10 Minuten bis zu einer Kerntemperatur von 52 Grad garen. Knoblauch abziehen und andrücken. Thymian und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Fleisch aus dem Ofen nehmen und in der Pfanne mit etwas Butter, Thymian, Rosmarin und Knoblauch ca. 30 Sekunden nachbraten.

Fleisch vor dem Servieren mit BBQ-Gewürz, Fleur de Sel und Pfeffer würzen.

**Für den Kartoffel-Blumenkohlstampf:**

500 g mehligkochende Kartoffeln  
 300 g Blumenkohl  
 100 g Frühlingszwiebeln  
 150 g Butter  
 50 ml Milch  
 1 Muskatnuss, zum Reiben  
 Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, klein schneiden und in Salzwasser weich kochen. Blumenkohl waschen, putzen und klein schneiden. 10 Minuten vor Ende der Kochzeit der Kartoffeln mit ins Wasser geben. Abgießen und kurz auf dem Herd stehen lassen, damit das Restwasser verdampft. 150 g Butter und 50 ml Milch hinzugeben und zu einem Stampf verarbeiten. Muskatnuss reiben und 1 Msp. auffangen und Stampf mit Salz und Muskat abschmecken. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und fein schneiden. Kurz vor dem Servieren unter den Stampf heben.

**Für die rote Zwiebelmarmelade:**

200 g rote Zwiebeln  
 1 Knoblauchzehe  
 100 ml roter Portwein  
 50 ml Rotweinessig  
 1 Zweig Thymian  
 1 Zweig Rosmarin  
 2 Lorbeerblätter  
 100 g Gelierzucker  
 Rapsöl, zum Braten

Zwiebeln abziehen und in feine Streifen schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Lorbeerblätter azupfen. Zwiebeln und Knoblauch in Rapsöl glasig anschwitzen. Thymian und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Thymian, Rosmarin und Lorbeerblätter zu den Zwiebeln und Knoblauch geben, dann mit Essig und Portwein ablöschen. Gelierzucker dazugeben und alles ca. fünf Minuten köcheln lassen. In ein Schälchen füllen und abkühlen lassen.

**Für die Garnitur:**

50 g Rucola  
 Öl, zum Frittieren

Rucola waschen, trockenschleudern und in heißem Fett frittieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Rosemarie Wust**

## **Hähnchen-Curry mit Reis und fruchtigem Chicorée-Salat**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für die Hähnchenbrust:**

400 g Hähnchenbrust  
 1 Zwiebel  
 1 reife Banane  
 250 ml Sahne  
 250 ml Kokosmilch  
 50 g Butterschmalz  
 1 TL rote Currypaste  
 2 cl Cognac  
 5 cm Ingwer  
 1 TL Currypulver  
 1 TL Kurkumapulver  
 1 TL Chiliflocken  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Hähnchenbrust waschen, trockentupfen und in Würfel schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln zusammen mit dem Fleisch darin anbraten. Ingwer schälen, fein schneiden und mit in die Pfanne geben. Fleisch mit Curry, Kurkuma und Chiliflocken würzen. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und warmhalten.

Banane schälen, in Scheiben und in die Pfanne geben. Currypaste einrühren. Mit Cognac ablöschen. Sahne und Kokosmilch dazugeben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fein pürieren. Das Fleisch unterheben und warmhalten.

### **Für den Reis:**

150 g Langkornreis  
 300 ml Gemüfefond  
 Salz, aus der Mühle

Reis waschen, mit dem Fond in einen Topf geben und salzen. Einmal aufkochen lassen und dann auf niedriger Stufe ca. 15 Minuten mit geschlossenem Deckel garen.

### **Für den Salat:**

1 Chicorée-Kopf  
 1 Apfel  
 1 EL weißer Balsamicoessig  
 1 TL mittelscharfer Senf  
 1 cm Ingwer  
 2 EL Haselnussöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Balsamicoessig und Haselnussöl verrühren. Ingwer schälen und fein schneiden. Ingwer und Senf unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Apfel waschen, vierteln und vom Kerngehäuse befreien. Klein würfeln. Chicorée putzen und Strunk entfernen, mit Apfelwürfel in eine Schüssel geben und das Dressing unterheben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Luis Loibl**

## **Tagliatelle mit Pilzrahmsauce und Polpettine**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für die Tagliatelle:**

200 g Mehl, Typ 405  
Wiener Grießler, für die Arbeitsfläche  
4 Eier  
2 EL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle

Die Eier trennen und Eigelbe auffangen. Mehl mit Eigelb, Olivenöl und einer Prise Salz zu einem homogenen Teig verkneten. Kurz in den Kühlschrank geben und ruhen lassen. Arbeitsfläche mit Wiener Grießler bestreuen. Teig mithilfe der Nudelmaschine dünn ausrollen und Tagliatelle herstellen. In Salzwasser garen.

### **Für die Pilzrahmsauce:**

200 g Kräuterseitlinge  
4 getrocknete Morcheln  
1 Zwiebel  
150 ml Sahne  
100 ml Geflügelfond  
200 ml halbtrockener Weißwein  
½ Bund glatte Petersilie  
Butter, zum Braten  
Cayennepfeffer, zum Würzen  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Morcheln mit ca. 80 ml heißem Wasser übergießen und ziehen lassen. Aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Kräuterseitlinge putzen und in Streifen schneiden. Pfanne erhitzen und Kräuterseitlinge darin anbraten. Zwiebel abziehen und fein hacken. In einer zweiten Pfanne in Butter anschwitzen. Kräuterseitlinge mit Weißwein ablöschen, kurz aufkochen lassen, dann Geflügelfond, Sahne, angeschwitzte Zwiebel und Morcheln hinzugeben. Mit Salz, Cayennepfeffer und Pfeffer abschmecken. Petersilie abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Kurz vor dem Servieren unter die Sauce heben.

### **Für die Polpettine:**

250 g Rinderhackfleisch  
1 Zwiebel  
½ Brötchen, vom Vortag  
Semmelbrösel, zum Binden  
1 Ei  
125 ml Milch  
Butter, zum Braten  
½ Bund glatte Petersilie  
Rapsöl, zum Braten  
Cayennepfeffer, zum Würzen  
Salz, aus der Mühle

Zwiebel abziehen, fein würfeln und in Butter anschwitzen. Milch in einem Topf erwärmen. Brötchen in kleine Würfel schneiden und mit der Milch übergießen. Brötchenwürfel einweichen lassen. Petersilie abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Rinderhackfleisch mit Brötchenwürfel, Zwiebel, Ei und gehackter Petersilie vermengen. Masse ggf. mit Semmelbrösel binden. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Masse zu kleinen Bällchen formen und in einer Pfanne mit Öl ringsherum braten.

### **Für die Garnitur:**

50 g Parmesan  
½ Bund glatte Petersilie

Petersilie abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Parmesan reiben. Gericht mit Petersilie und Parmesan garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Angie Helfrich**

## **Rinderfilet mit Portweinsauce, Pfefferbirne und Selleriepüree**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Rinderfilet:**

400 g Rinderfilet  
Butterschmalz, zum Braten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Fleisch waschen, trockentupfen und gleich große Filets schneiden. Filets in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten 2 bis 3 Minuten scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend im vorgeheizten Backofen fertig garen.

### **Für die Portweinsauce:**

2 Schalotten  
500 ml roter Portwein  
250 ml Rinderfond  
50 g kalte Butter  
2 EL Tomatenmark (dreifach konzertiert)  
3 Wacholderbeeren  
2 Lorbeerblätter  
1 TL Pfefferkörner  
2 EL Puderzucker  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotten abziehen und fein würfeln. In der Pfanne mit dem Bratensatz des Fleisches andünsten. Tomatenmark und Puderzucker dazugeben und anschwitzen. Mit Portwein und Rinderfond ablöschen und Lorbeerblätter abzupfen und zusammen mit Wacholderbeeren und Pfefferkörnern dazugeben. Einreduzieren lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sauce durch ein feines Sieb passieren. Schließlich mit kalter Butter aufmontieren.

### **Für die Pfefferbirne:**

1 reife Birne  
80 ml Birnensaft  
50 ml Weißwein  
50 g Birnengelee  
1 TL Zucker  
Chilipulver, zum Würzen  
Langer Pfeffer, aus der Mühle

Birne schälen, vierteln und vom Kerngehäuse befreien. Zucker in einem Topf karamellisieren lassen, mit Weißwein und Birnensaft ablöschen. Birnengelee hinzugeben und alles ca. 10 Minuten köcheln lassen. Vor dem Servieren mit Pfeffer und Chilipulver würzen.

### **Für das Selleriepüree:**

350 g Knollensellerie  
100 g Sahne  
250 g Butter  
½ Bund glatte Petersilie  
1 Muskatnuss, zum Reiben  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Sellerie putzen, schälen und in kleine Stücke schneiden. In Salzwasser garen. Anschließend abgießen. Sellerie mit Sahne fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Butter in einen Topf geben und Nussbutter herstellen. Püree kurz vor dem Servieren mit Nussbutter verfeinern. Petersilie abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Püree damit garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Andreas Ebel**

## **Gebratenes Soja-Hähnchen mit gefüllten Crêpes**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Hähnchen:**

- 4 Hähnchenkeulen, vom Knochen  
ausgelöst
- 2 EL süße Sojasauce
- 2 EL weiße Sesamsaat
- Sesamöl, zum Anbraten
- 1 Prise Baharat, zum Würzen
- 1 Prise gemahlene Chili Ancho
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Hähnchenfleisch waschen, trockentupfen und mit Baharat und Chili Ancho würzen. Fleisch in einer Pfanne in Sesamöl rundherum knusprig anbraten. Mit Sojasauce bepinseln und mit Sesamkörnern bestreuen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



**PROFI  
TIPP**

Um eine Salmonellengefahr bei Geflügel auszuschließen, sollten Sie das Fleisch mindestens zehn Minuten lang bei einer Temperatur von 70 Grad garen.

### **Für die Crêpes:**

- 250 ml Milch
- 2 Eier
- 2 EL Butter
- 125 g Mehl
- 1 Prise Salz

Mehl, Milch, Eier und Salz zu einem glatten Teig verrühren. Teig in einer Pfanne mit Butter zu dünnen Crêpes ausbacken.

### **Für die Füllung:**

- 1 Spitzkohl
- 2 Scheiben Bacon
- 1 Zwiebel
- Sesamöl, zum Anbraten
- 1 Muskatnuss, zum Reiben

Zwiebel abziehen und in Würfel schneiden. Bacon klein schneiden. Zwiebeln und Bacon in einer Pfanne in etwas Sesamöl anbraten.

Die äußeren Blätter des Spitzkohls lösen. Spitzkohl abspülen, halbieren und den Strunk herausschneiden. Blätter in Streifen schneiden, mit in die Pfanne geben und kurz schwenken. Muskatnuss reiben, 1 Msp. auffangen und Kohl mit Muskat abschmecken.

Spitzkohlmasse mittig auf die Crêpes geben und diese fest zusammenrollen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Malin Veith**

## **Käsespätzle mit zweierlei Zwiebel und Endivien-Salat**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für die Käsespätzle:**

2 Eier  
100 g Dinkelmehl, Typ 1050  
200 g Bergkäse  
200 ml Milch  
2 EL Butter  
½ Bund Schnittlauch  
1 Muskatnuss, zum Reiben  
Salz, aus der Mühle

Die Eier mit einem Schuss Wasser in einer Schüssel verquirlen. Mehl und 1 Prise Salz dazugeben und aufschlagen. Den Teig ruhen lassen. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und in Röllchen schneiden. Wasser in einem Topf erhitzen und die Spätzle portionsweise mit Hilfe einer Spätzlereibe hineinschaben. Zweimal aufkochen lassen, dann in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Bergkäse reiben. Muskatnuss reiben und 1 Msp. auffangen. Milch in einer Pfanne erhitzen und Butter darin schmelzen lassen. Mit Salz und Muskat würzen und den Käse dazugeben. Alles verrühren und die Spätzle unterheben. Alles vermengen bis der Käse geschmolzen ist und Fäden zieht.

### **Für die Zwiebeln:**

2 große Zwiebeln  
1 EL Dinkelmehl (Typ 630)  
2 EL Butter  
200 ml trockener Weißwein  
500 ml neutrales Öl, zum Frittieren  
Salz, aus der Mühle

Zwiebeln abziehen und 1 ½ Zwiebeln in Ringe schneiden und mit Mehl mischen. Das Öl in einem Topf erhitzen und die Ringe darin goldbraun ausbacken. Butter in einem Topf zerlassen, restliche halbe Zwiebel würfeln und in der Butter glasig dünsten. Zwiebeln mit dem Wein ablöschen, mit Salz würzen und alles reduzieren lassen.

### **Für den Salat:**

50 g Endiviensalat  
2 TL scharfer Senf  
2 TL flüssiger Honig  
2 EL Olivenöl  
1 EL Weißweinessig  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salat abbrausen, trockenwedeln und in dünne Streifen schneiden. Für das Dressing Senf, Honig, Olivenöl und Weißweinessig verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem Salat vermischen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.