

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 13. März 2018 ▪
Vorspeise mit Mario Kotaska



Michael Falkenhahn

Schwammerlsuppe mit Rote-Bete-Semmelknödel und Weißwurst-Brezenknödel

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe: Pilze verlesen, putzen, waschen und klein schneiden. Die Hälfte der Pilze mit dem Stabmixer pürieren, mit Fond und dem Weißwein in einen Topf geben und um ca. 1/3 reduzieren lassen. Zwiebel abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Butter in einer Pfanne erhitzen, übrige Pilze, Zwiebel und Petersilie, bis auf ca. 1 EL zum Garnieren, zugeben und darin anbraten, mit Salz, Pfeffer und Chili würzen. Reduzierte Flüssigkeit zugießen und alles nochmals aufkochen lassen. Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Die fertige Suppe mit Sahne, Salz, Pfeffer und Zitronensaft und Zesten abschmecken.

150 g weiße Champignons
150 g braune Champignons
150 g Kräuterseitlinge
1 Gemüsezwiebel
1 Zitrone
½ Bund glatte Petersilie
2 EL Butter
125 ml Sahne
100 ml Weißwein
3 EL Mehl
500 ml Geflügelfond
Chili, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Rote-Bete-Knödel: Rote Bete sehr fein würfeln. Zwiebel und Knoblauch abziehen, ebenso sehr fein würfeln. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Milch lauwarm erwärmen, über das Knödelbrot gießen und einweichen. Butter in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel, Knoblauch und Petersilie darin glasig anschwitzen und zu dem Knödelbrot geben. Rote Bete, Eier, Brösel zugeben, unterkneten und mit Salz und Pfeffer würzen. In einem großen Topf reichlich Wasser erwärmen. Ein doppelt so langes Stück Aluminiumfolie, wie der Topf breit ist, mit einem Pinsel mit Öl bestreichen. Aus dem Knödelteig eine lange Rolle formen. Die Knödelrolle zuerst dicht mit Frischhaltefolie umwickeln, anschließend auf die geölte Alufolie legen, an den Seiten und oben gut verschließen. So verpackt in den Kochtopf legen und die Knödelrolle darin bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten gar ziehen lassen. Dann herausnehmen, Folien entfernen und ca. 2 cm breite Knödelscheiben abschneiden.

1 große vorgegarte Rote-Bete
250 g gewürfeltes Weißbrot, vom Vortag
½ Zwiebel
1 Knoblauchzehe
½ Bund glatte Petersilie
2 EL Butter
2 Eier
100 ml Milch
2 EL Semmelbrösel
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Weißwurst-Knödel: Weißwurst sehr fein würfeln. Brezen ebenso sehr fein würfeln. Zwiebel und Knoblauch abziehen, ebenso sehr fein würfeln. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Milch lauwarm erwärmen, über das Brezenbrot gießen und einweichen. Butter in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel, Knoblauch und Petersilie darin glasig anschwitzen und zu dem Knödelbrot geben. Weißwurst, Ei, Brösel zugeben, unterkneten und mit Salz und Pfeffer würzen. In einem großen Topf reichlich Wasser erwärmen. Ein doppelt so langes Stück Aluminiumfolie, wie der Topf breit ist, mit einem Pinsel mit Öl bestreichen. Aus dem Knödelteig eine lange Rolle formen. Die Knödelrolle zuerst dicht

1 Weißwurst
2 gewürfelte Brezenstangen, vom Vortag
½ Zwiebel
1 Knoblauchzehe
½ Bund glatte Petersilie
2 EL Butter
1 Ei
100 ml Milch

2 EL Semmelbrösel mit Frischhaltefolie umwickeln, anschließend auf die geölte Alufolie legen, Salz, aus der Mühle an den Seiten und oben gut verschließen. So verpackt in den Kochtopf Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle legen und die Knödelrolle darin bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten gar ziehen lassen. Dann herausnehmen, Folien entfernen und ca. 2 cm breite Knödelscheiben abschneiden

Schwammerlsuppe mit Rote-Bete-Semmelknödel und Weißwurst-Brezenknödel in tiefen Tellern anrichten, mit Petersilie bestreuen und servieren.



Mandy Kiewel

Süßkartoffel-Suppe mit Kichererbsen-Bällchen

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe: Süßkartoffeln schälen, vierteln und in dünne Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen, fein hacken. Butter in einem Topf erhitzen. Süßkartoffeln und Zwiebel darin andünsten. Mit Salz und 1 Prise Zucker würzen. Mit Weißwein ablöschen. Orangenschale abreiben und mit Gemüfefond und Kokosmilch zu den Süßkartoffeln geben. Den Deckel auf den Topf legen und alles 12–15 Minuten kochen lassen. Saft einer Zitrone auspressen, zur Suppe geben, und weitere ca. 3 Minuten kochen lassen. Suppe mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel abschmecken.

400 g Süßkartoffeln
 1 Zwiebel
 2 EL Butter
 100 ml Weißwein
 1 Zitrone
 400 ml Gemüfefond
 200 ml Kokosmilch
 1 Msp. Kreuzkümmel
 1 TL Zucker, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Kichererbsen-Bällchen: Kichererbsen und Bohnen abtropfen lassen, in der Moulinette fein pürieren. Schalotte und Knoblauch abziehen, in Olivenöl kurz anbraten. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen, klein hacken und mit den Schalotten- und Knoblauchwürfeln zum Püree geben und mit den Gewürzen abschmecken. Ei trennen. Backpulver, Semmelbrösel, Speisestärke und Eigelb zufügen. Gründlich mischen und walnussgroße Bällchen formen. Panko und Sesam mischen, die Bällchen darin wälzen und in der heißen Fritteuse goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und vor dem Anrichten auf Spießchen stecken.

200 g Kichererbsen, vorgegart aus der Dose
 100 g weiße Bohnen, vorgegart aus der Dose
 1 Schalotte
 1 Knoblauchzehe
 2 Stängel Petersilie
 ½ TL Backpulver
 40 g Semmelbrösel
 10 g Speisestärke
 1 Ei
 25 g Sesam
 50 g Panko
 1 TL Zimt
 1 TL gemahlener Kümmel
 1 Msp. Chilipulver
 Frittieröl, für die Fritteuse
 Salz, aus der Mühle
 Cayennepfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Koriander abbrausen, trockenwedeln und die Blättchen abzupfen.
 2 Stiele Koriander

Süßkartoffel-Suppe mit Kichererbsen-Bällchen in tiefen Tellern anrichten, mit Koriander garnieren und servieren.



Alberto Wagner

Tom Kha Gai mit Basmati

Zutaten für zwei Personen

- Für die thailändische Suppe:** Möhren waschen, schälen, längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Zuckerschoten waschen und halbieren. Paprika waschen, halbieren, Kerngehäuse herausschneiden, die Hälften in Stücke schneiden. Fleisch waschen, trocken tupfen und ebenso in Stücke schneiden. Knoblauch und Zwiebel abziehen und fein hacken. Zitronengras andrücken. Ingwer schälen und in kleine Würfel schneiden. Chilischote der Länge nach aufschneiden, Kerne entfernen und die Schote sehr fein hacken. Ingwer, Chilischote, Knoblauch, Zwiebel und Fleisch im Erdnussöl kräftig anbraten. Braunen Zucker und Currypaste unterrühren. Karotten, Paprika und Zuckerschoten zufügen und kurz mit anschwitzen. Dann mit Fond und Kokosmilch aufgießen, Zitronengras zugeben und mit Salz, Pfeffer und Essig würzen. Suppe zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 15 Minuten köcheln lassen. Vor dem Anrichten den Zitronengrasstängel entfernen.
- 300 g Hähnchenbrustfilet
2 kleine Möhren
1 Zitronengrasstängel
2 Paprikaschoten (rot, gelb)
75 g Zuckerschoten
1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel
1 Lauchzwiebel
1 Chilischote
Ingwerknolle, ca. 1cm
2 EL Erdnussöl
1 EL brauner Zucker
1 EL rote Thai-Curry-Paste
275 ml Geflügelfond
200 ml Kokosmilch
1 TL Reisesig
5 Zweige Koriander
1 Limette
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Koriander abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen, fein hacken und vor dem Anrichten über die Suppe streuen. Lauchzwiebel putzen und in feine Röllchen schneiden. Ebenso über die Suppe geben. Limette vierteln und zu der Suppe reichen.
- Für den Basmati:** In einem Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Reis zugeben und darin bei mittlerer Hitze ca. 12 Minuten gar kochen. Abgießen und gut abtropfen lassen. Koriander abbrausen, trockenwedeln und zum Garnieren beiseitelegen.

Tom Kha Gai mit Basmati in tiefen Tellern anrichten, mit Koriander, Lauchzwiebeln und Limettenvierteln garnieren und servieren.



Claudia Maulwurf

Orientalischer Vorspeisenteller: Hummus mit Paprikapaste, Tomaten-Koriander-Salsa und Tabouleh

Zutaten für zwei Personen

Für den Hummus: Kichererbsen abgießen, abspülen und gut abtropfen lassen. Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Knoblauch abziehen, durch eine Presse drücken und mit den Kichererbsen, dem Knoblauch sowie dem Zitronensaft in eine Moulinette geben. Tahin, Sahne zugeben und alles fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer, Olivenöl, etwas Puderzucker abschmecken und zum Anrichten in ein Schüssel geben, kleine Mulde auf der Creme bilden. Mit Olivenöl beträufeln, Paprikapulver darüber streuen, fein gehackte Petersilie und leicht angeröstete Pinienkern über den Humus in die Mulde geben.

200 g Kichererbsen, aus der Dose
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone
2 EL Tahin (Sesampaste)
1 EL Sahne
1 Msp. Rosenpaprika
Puderzucker, zum Abschmecken
30 g Pinienkerne
2 Zweige glatte Petersilie
Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Paprikapaste: Paprika waschen, entkernen und klein schneiden. Chili der Länge nach aufschneiden, entkernen und klein hacken. Knoblauch abziehen und zusammen mit dem Paprika, dem gehackten Chili, dem Tomatenmark sowie dem Essig in eine Moulinette geben und fein pürieren. Paste mit Zucker, Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und Essig abschmecken. Ebenso in einem Schälchen anrichten.

2 rote Spitzpaprika
2 Knoblauchzehen
2 TL Edelsüßpaprikapulver
1 kleine rote Chilischote
1 TL Kreuzkümmel
2 TL Weißweinessig
1 EL Tomatenmark
Puderzucker, zum Abschmecken
Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Tabouleh: Bulgur abspülen, abtropfen lassen und in einen Topf geben. Mit Fond aufgießen. So lange offen kochen lassen, bis die Flüssigkeit vollständig verkocht ist. Dabei gelegentlich umrühren. Fertigen Bulgur in eine Schüssel geben und abkühlen lassen. Tomate kreuzweise einschneiden, mit heißem Wasser übergießen, kurz darin liegen lassen und dann häuten. Tomate halbieren, Kerne entfernen und das Fruchtfleisch klein würfeln. Petersilie und Minze abrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Oliven vierteln. Gurke waschen, halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch ebenso fein würfeln. Bulgur, Kräuter, Oliven, Tomaten und Gurkenwürfel in eine Schüssel geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebel abziehen, fein würfeln und unter den Bulgur rühren. Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Bulgur mit Zitronensaft, 1 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken.

100 g Bulgur, großkörnig
1 kleine rote Zwiebel
1 große Rispentomate
3 Minigurken
2 Zweige frische Petersilie
2 Zweige frische Minze
1 Zitrone
50 g Kalamata-Oliven (ohne Stein)
400 ml Gemüsefond
Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Tomaten-Koriander-Salsa: Tomaten waschen, sehr fein würfeln. Knoblauch abziehen, ebenso sehr fein würfeln und mit den Tomaten in eine Schüssel geben. Koriander abrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen, hacken und unter die Tomaten rühren. Oliven zugießen und ebenso unterrühren. Salsa mit Salz,

100 g Cherry-Cocktailtomaten
1 Knoblauchzehe
2 Zweige Koriander

2 TL Olivenöl Pfeffer und Puderzucker abschmecken.
Puderzucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Orientalischer Vorspeisenteller: Hummus mit Paprikapaste, Tomaten-Koriander-Salsa und Tabouleh auf Tellern anrichten, mit 2 Scheiben Pide garnieren und servieren.



Dorothea Franz

Thai-Salat mit Rinderfiletstreifen und Wan-Tan-Chips

Zutaten für zwei Personen

Für die Rinderfiletstreifen: Fleisch waschen, trocken tupfen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Steak unter Wenden ca. 4 Minuten medium braten. Herausnehmen, in Alufolie wickeln und ruhen lassen. Vor dem Anrichten in Tranchen schneiden.

200 g Rinderhüftsteak
2 EL Butterschmalz
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Marinade: Limette halbieren und den Saft beider Hälften auspressen. Sojasauce, Fischsauce, Limettensaft, Zucker und Öl in einer Schüssel verrühren. Zwiebel abziehen, in dünne Scheiben schneiden. Ingwer schälen und sehr fein hacken. Chilischote der Länge nach aufschneiden, Kerne entfernen und die Schote ebenso sehr fein hacken. Vom Zitronengras die äußeren Blätter entfernen, Stängel leicht andrücken und dann in sehr dünne Scheiben schneiden. Ingwer, Chili, Zwiebel und Zitronengras zu der Marinade geben, gut verrühren und ca. 10 Minuten ziehen lassen.

1 Stängel Zitronengras
1 kleine rote Chilischote
2 cm Ingwerknolle
1 Zwiebel
1 Limette
2 EL Sojasauce
2 EL Fischsauce
2 EL brauner Zucker
2 EL Rapsöl

Für den Salat: Kräuter abbrausen, trockenwedeln. Koriander fein hacken, Pfefferminze und Basilikum in hauchdünne Streifen schneiden. Salat verlesen, waschen, trockenwedeln und anschließend klein zupfen. Kräuter, Salat und Marinade vor dem Anrichten vermengen. Eventuell nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

80 g Frisée-Salat
80 g Feldsalat
80 g Eichblattsalat
1 Bund Koriander
4 Zweige frische Pfefferminze
1 Bund Thai-Basilikum
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Chips: Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Wan-Tan-Blätter darin unter Wenden goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und vor dem Anrichten in Stücke brechen.

4 Blätter Wan-Tan-Teig (TK)
2 EL Butterschmalz

Für die Garnitur: Sprossen vom Beet schneiden.

1 Beet rote Bete Sprossen

Thai-Salat mit Rinderfiletstreifen und Wan-Tan-Chips auf Tellern anrichten, mit Sprossen garnieren und servieren.