



| Die Küchenschlacht – Hauptgericht vom 16. September 2009 |

„Schweinefilet mit Casanovasauce und haricots verts“ von Riete Maes

Zutaten für zwei Personen

2	Schweinefilets, à 200 g
100 g	Reis
200 g	Bohnen, grün
1	Zwiebeln
250 g	Champignons, weiß
4 EL	Mayonnaise
2 EL	Tomatenketchup
4 EL	Sojasauce
4 EL	Sahne
100 g	Butter
	Fünfkräuterpulver (Five Spices)
	Currypulver
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Reis in Salzwasser kochen.

Die Bohnen blanchieren.

Die Zwiebel abziehen, fein schneiden und bei niedriger Temperatur in 20 Gramm Butter anbraten. Die Champignons fein schneiden und zu der Zwiebel geben. Die Mayonnaise, den Tomatenketchup, zwei Esslöffel Sojasauce und die Sahne unter die Zwiebeln und Champignons rühren, bis eine glatte Sauce entsteht. Abschließend die Casanovasauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Schweinefilets waschen, trocken tupfen und bei niedriger Temperatur in einer Pfanne acht Minuten von beiden Seiten in der Butter anbraten.

Den Reis mit Currypulver, der restlichen Sojasauce und Fünfkräuterpulver würzen.

Das Schweinefilet mit der Casanovasauce und den haricots verts auf Tellern anrichten.



„Bandnudeln mit Gorgonzola-Feigen-Sauce“ von Berit Seifert

Zutaten für zwei Personen

200 g	Bandnudeln, frisch
150 g	Spargel, grün
100 g	Gorgonzola
8 Scheiben	luftgetrockneter Schinken, Coppa
2	Feigen, reif
10 ml	Sherry
50 ml	Gemüsefond
75 ml	saure Sahne
2 EL	Zucker, braun
1 Schote	Chili, rot
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Bandnudeln in Salzwasser drei Minuten bissfest garen.

Den Spargel von den Enden befreien. Die Chilischote längs aufschneiden, entkernen und klein schneiden. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und den Spargel darin anbraten. Den Zucker, Chili und zwei Esslöffel Wasser hinzufügen und das Ganze zehn Minuten karamellisieren lassen.

Die Feigen vierteln, mit dem Coppa umwickeln und mit Zahnstochern feststecken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Feigen darin von allen Seiten anbraten. Abschließend die Feigen aus der Pfanne nehmen und die Zahnstocher entfernen.

In einem Topf die Sahne, den Gemüsefond, den Gorgonzola und den Sherry erwärmen, bis der Gorgonzola geschmolzen ist. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und bei geringer Temperatur warm halten.

Die Nudeln mit dem Spargel und den Feigen auf Tellern anrichten und mit der Sauce servieren.



„Schweinemedallions im Speckmantel mit Pfannkuchen-Spinat-Ringen“ von Ingo Punzmann

Zutaten für zwei Personen

4	Schweinemedallions, à 60 g
4 Scheiben	Schwarzwälder Schinkenspeck
1	Kohlrabi
150 g	Junger Spinat
1	Zitrone, unbehandelt
1 Zehe	Knoblauch
1 Knolle	Ingwer
1	Zwiebel
4	Eier
50 g	Parmesan
1 Zweig	Rosmarin, frisch
200 g	Mehl
1	Muskatnuss
1 TL	Zucker
150 g	Frischkäse
100 ml	Weißwein
500 ml	Milch
250 ml	Sahne
400 ml	Gemüsefond
200 ml	Sonnenblumenöl
	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Schweinemedallions waschen, trocken tupfen und an der Seite mit dem Speck ummanteln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Medallions darin kräftig anbraten. Anschließend für zehn Minuten in den Backofen geben.

Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Den Ingwer schälen und 20 Gramm in Scheiben schneiden. Den Bratsatz mit 200 Millilitern Gemüsefond lösen, mit dem Wein ablöschen und mit dem Zucker, Rosmarin, die Hälfte des Knoblauchs, Ingwer, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Ganze reduzieren lassen und warm stellen.

Aus der Milch, dem Mehl und zwei Eiern einen glatten Teig anrühren. Kurz ruhen lassen und anschließend im Sonnenblumenöl zu dünnen Pfannkuchen ausbacken.

Etwas Muskat und den Parmesan reiben. Den Spinat wässern, trocken tupfen und die Stiele entfernen. Die Zwiebel abziehen und in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel- und Knoblauchwürfel anschließend in einer Pfanne in Öl glasig dünsten, den Spinat dazugebenden, 100 Milliliter Fond angießen und das Ganze mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Nun aus der Pfanne nehmen, kurz abtropfen lassen, klein schneiden und mit dem Frischkäse und dem Parmesan vermengen.

Die Füllung auf die Pfannkuchen streichen, diese aufrollen und im Ofen warm stellen.

Für die Royale die restlichen Eier trennen und die Eigelb mit der Sahne verrühren. Die Zitrone halbieren und pressen. Den Kohlrabi schälen und in dünne Stifte schneiden. Die Stifte im restlichen Gemüsefond kurz kochen, den Fond dabei reduzieren lassen und mit einer Royale binden. Abschließend mit Salz, Pfeffer, dem Zitronensaft und Muskat abschmecken.

Die Pfannkuchen in Ringe schneiden. Die Medallions mit den Pfannkuchenringen und dem Kohlrabigemüse auf Tellern anrichten.



„St. Petersfisch mit Gurkennudeln und Karamellkartoffeln“ von Christian Siegl

Zutaten für zwei Personen

2	St. Petersfischfilets, à 70 g, mit Haut
6	Kartoffeln, festkochend
1	Salatgurke
3	Rispentomaten
1	Limette, unbehandelt
1 Zehe	Knoblauch
1 Knolle	Ingwer
1 Bund	Schnittlauch
100 g	Zucker
1 g	Safran
0,5 Bund	Petersilie, kraus
3 EL	Olivenöl
3 EL	Sesamöl, geröstet
70 g	Butter
2 EL	Sojasauce
	Salz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen, in Salzwasser gar kochen und anschließend abgießen.

Den St. Petersfisch waschen, trocken tupfen und in zehn Gramm Butter anbraten. Den Safran beigegeben und bei leichter Hitze garen lassen.

Die Rispentomaten blanchieren, vom Strunk befreien, häuten und das Kerngehäuse herausschneiden. Den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Mit dem Olivenöl und Knoblauch die Tomaten in einem Topf zu einer kräftigen Sauce einkochen und anschließend pürieren.

Den Zucker in einer Pfanne zu Karamell werden lassen. In einer weiteren Pfanne 50 Gramm Butter erhitzen und mit dem Karamell einen Fond kochen. Die Kartoffeln darin ziehen lassen und danach warm stellen.

Die Limette halbieren und pressen. Den Ingwer schälen und in feine Würfel schneiden. Aus der Sojasauce, zwei Esslöffeln Limettensaft, dem Sesamöl und zwei Teelöffeln Ingwer eine Mischung anrühren.

Die Gurke schälen und mit einem Sparschäler Bandnudeln herunterschneiden. Diese mit der restlichen Butter in einem Topf erhitzen.

Das Fischfilet mit der Tomatensauce, den Gurkennudeln und der Ingwer-Sauce auf Tellern anrichten und mit den Petersilienspitzen und dem Schnittlauch dekorieren.