

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 17. Oktober 2019** ▪
Hauptgang und Dessert mit Nelson Müller



Thorsten Kahse

**Rindermedaillons mit Broccoli, Blumenkohl und
Kartoffelgratin**

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch: Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Fleisch in einer Grillpfanne kurz von beiden Seiten in 50 ml Butter scharf anbraten. Fleisch bis zu einer Kerntemperatur von 55 Grad im Ofen garen. Nach ca. 20 Minuten, wenn es fast fertig gegart ist, aus dem Ofen nehmen und das Fleisch in der Pfanne mit der restlichen Butter braten. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und zum Aromatisieren in die Pfanne geben. Mit Rindsfond und Weißwein ablöschen und einreduzieren lassen.

Für das Gemüse: Schalotten abziehen und in Streifen schneiden. Knoblauch abziehen, halbieren, eine halbe Zehe für den Gratin beiseitelegen und die andere halbe Zehe in dünne Scheiben schneiden. Broccoli und Blumenkohl waschen und Röschen abzupfen. Broccoli und Blumenkohl anblanchieren und kurz danach in der Pfanne mit Olivenöl anrösten.

1 Blumenkohl
 300 g Broccoli
 2 Schalotten
 ½ Knoblauchzehe
 1 Muskatnuss
 2 Zweige Rosmarin
 2 EL Olivenöl

Für den Gratin: Die Auflaufform mit Butter einfetten. Kartoffeln schälen und mit dem Küchenhobel in dünne Scheiben schneiden. Halbe Knoblauchzehe vom Gemüse vierteln und ein Viertel in dünne Scheiben schneiden. Muskatnuss reiben und 1 TL auffangen. Kartoffeln mit Sahne, Knoblauch, Salz, Pfeffer und Muskat mischen und in der Auflaufform bei 180 Grad Umluft im Ofen backen. Käse reiben. Nach ca. 10 Minuten den Gratin herausnehmen und mit dem geriebenen Käse bestreuen. Weiter backen, bis der Gratin goldbraun ist.

300 g mehlig kochende Kartoffeln
 ¼ Knoblauchzehe
 200 g Gruyere Käse
 1 EL Butter
 300 ml Sahne
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Thorsten Kahse

Calvados-Eis mit Apfel-Zimt-Kompott

Zutaten für zwei Personen

- Für den Kompott:** Äpfel schälen, entkernen, in Würfel schneiden und mit Butter in der Pfanne braten. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Zimt und Limettensaft zum Apfel in die Pfanne geben und einkochen lassen.
- 3 saure Äpfel
 - 200 g Butter
 - 1 EL gemahlener Zimt
- Für das Eis:** Apfel schälen, entkernen und in Würfel schneiden. 50 g Zucker ankaramellisieren, sodass es Karamell-Form annimmt. Apfelwürfel dazugeben und mit Apfelsaft ablöschen und einkochen, bis es zu einer Art Brei wird. Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark einer halben Schote herauskratzen. Zitrone waschen, trocken tupfen und Schale abreiben. Calvados zufügen und alles flambieren. Sahne zusammen mit dem Texturmittel, dem Vanillemark und dem Zitronenabrieb einkochen, abschmecken und evtl. Puderzucker, Calvados oder Apfelsaft hinzufügen. Die Masse in die Eismaschine geben.
- 1 saurer Apfel
 - 1 Zitrone
 - 1 L Sahne
 - 300 ml Calvados
 - 200 ml trüber Apfelsaft
 - 1 EL BASIC Textur
 - 500 g Zucker
 - 1 Vanilleschote
- Für die Garnitur:** Minze abbrausen, trockenwedeln und 4-5 Blätter abzupfen. Das Eis auf den Kompott geben, mit Minz-Blättern krönen und in einer Schüssel servieren.
- 1 Zweig Minze

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Annegret Eisenberg

Rotbarsch mit Würzgemüse und Blumenkohl-Couscous

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch: Den Ofen auf 70 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Fisch waschen und trocken tupfen. Zitrone waschen, trocken tupfen, halbieren, auspressen, Saft auffangen und Schale abreiben. Fisch mit 1 EL Zitronensaft beträufeln. Nachdem die Gewürzmischung in die Bauchhöhle des Fisches gegeben wurde, den Fisch vorsichtig von beiden Seiten in Butterfett anbraten.



**PROFI
TIPP**

Möchte man den Fisch mit Haut braten, kann man die sehr hartnäckigen und lästigen Schuppen entfernen, indem man: einen Grillrost schräg in die Spüle stellt, den Fisch darauf legt und unter laufendem Wasser die Schuppen mit einem Messer abschabt. Die Schuppen landen durch das fließende Wasser direkt in der Spüle.



**PROFI
TIPP**

Beim Filettieren von Fisch ist es zunächst wichtig, den Fisch auf ein mit Küchenpapier belegtes Brett zu legen, da der Fisch sonst wegwischt. Da wo die Flossen sind, mit dem Messer einschneiden und dann auf der Mittelgräte entlang schneiden. Mit Druck auf das Fleisch drücken, damit das Messer besser schneidet. Nachdem das Filet von der Karkasse gelöst ist, kann man für einen schönen Kunstschnitt einen Schnitt durch die Schwanzflosse machen.

Für das Gemüse: Paprikaschoten waschen, von Scheidewänden und Kernen befreien und in Scheiben schneiden. Tomaten waschen und in Scheiben schneiden. Knoblauch und Frühlingszwiebel abziehen und in Scheiben schneiden. Ingwer schälen, reiben und 1 EL auffangen. Zitrone waschen, trocken tupfen und 1 EL Abrieb auffangen. Paprikascheiben mit Tomatenscheiben, Ingwer, Zitronenabrieb, Zwiebeln und Knoblauch vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen und zum Aromatisieren des Fisches in eine Auflaufform geben, den angebratenen Fisch drüber legen und für 15 Minuten in den Backofen geben.

Für die Gewürzmischung: Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Ingwer schälen, reiben und 1 EL auffangen. Knoblauchzehen abziehen und zerdrücken. Lorbeerblatt abzupfen. Sojaöl mit Anissamen, Salz, Pfeffer, Lorbeerblatt, 1 EL Zitronensaft, Ingwer und Knoblauch vermengen und in die Bauchhöhle des Fisches füllen.

Für den Blumenkohl-Couscous: Vom Blumenkohlkopf die Röschen abbrechen und diese mixen, damit kleine Körnchen entstehen. Blumenkohl-Körnchen zusammen mit Ras el Hanout in heißem Olivenöl anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

- 1 Blumenkohl
- 2 El Ras el Hanout
- Olivenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Annegret Eisenberg

Vanille-Crème-fraîche-Eis mit beschwipsten Früchten und Wallnuss-Crunch

Zutaten für zwei Personen

Für das Eis:

50 ml Milch
2 EL Crème fraîche
4 Eier
125 g Zucker
2 Vanilleschoten

Eier trennen und Eigelb auffangen. Eigelb mit Zucker verrühren. Milch erhitzen und die Vanilleschoten hineingeben. Anschließend die Schoten der Länge nach aufschneiden, das Mark herauskratzen auskratzen und mit der Milch zum Eigelb und Zucker geben. Die Masse für 20 Minuten in die Eismaschine geben und 1 Minute vor Ablauf der Zeit Crème fraîche dazugeben.

Für die Früchte:

2 Birnen
2 Äpfel
2 Pflaumen
2 EL Honig
200 ml Rotwein
200 ml Sherry
1 TL Zimt
3 EL Butter, zum Anbraten

Äpfel schälen, in ½ cm dicke Ringe schneiden und in 1 EL Butter kurz anbraten. Die Birnen waschen, vierteln, erst in 1 EL Butter, dann in Rotwein dünsten und mit 1 TL Honig abschmecken. Die Pflaumen waschen, halbieren, in 1 EL Butter in einer anderen Pfanne erhitzen, mit Sherry ablöschen und mit 1 TL Honig und einer Prise Zimt abschmecken.

Für den Crunch:

100 g Walnüsse
1 TL Honig

Walnüsse anrösten, mit einem TL Honig übergießen, dann grob zerkleinern und kalt werden lassen. Als Crunch über das Gericht streuen.

Für die Garnitur:

1 Zweig Zitronenmelisse

Melisse abbrausen, trockenwedeln und über das Gericht streuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Yannik Effe

Entrecôte mit Beurre rouge, Prinzessbohnen im Speckmantel und Süßkartoffel-Parmesan-Stampf

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch: Den Ofen auf 50 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Fleisch waschen und trocken tupfen. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Entrecôte etwa 2 Minuten von jeder Seite scharf anbraten. Entrecôte im Backofen ruhen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch auf dem Teller platzieren und zur Hälfte mit der Rotweinbutter übergießen.

2 Stück Entrecôte, à 250 g
1 Lorbeerblatt
Neutrales Öl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Beurre rouge: Schalotten abziehen, fein würfeln und mit Butter andünsten. Schalotten mit dem Portwein ablöschen und reduzieren lassen. Butter zu der Portweinreduktion geben und aufmontieren.

75 ml roter Portwein
2 Schalotten
350 g Butter

Für die Bohnen: Prinzessbohnen in kochendes Wasser geben. In der Zwischenzeit Majoran, Rosmarin, Thymian und Bohnenkraut abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Bohnen in Eiswasser blanchieren und mit den Kräutern würzen. Die Bohnen (etwa 12 Stück) mit Speck umwickeln und in einer Pfanne anbraten.

170 g Prinzessbohnen
6 Streifen Speck (max. 1 cm dick)
1 Zweig Majoran
2 Zweige Rosmarin
1 Zweig Thymian
2 Zweige Bohnenkraut
Eiswasser

Für den Stampf: Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in kochendes Wasser geben. Kartoffeln abgießen und zu Stampf verarbeiten. Parmesan reiben. Stampf mit Parmesan, Butter, Sahne, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

1 Süßkartoffel
1 mehliges Kartoffel
50 g Parmesan
50 ml Sahne
1 EL Butter
1 EL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Yannik Effe

Johannisbeer-Chili-Crumble mit Rosmarin-Mascarpone

Zutaten für zwei Personen

Für den Crumble:

250 g frische Johannisbeeren
2 rote Chilischoten
80 g weiche Butter
130 Mehl
50 g Zucker

Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Johannisbeeren waschen, trocken tupfen, mit einer Gabel abzupfen und in eine ofenfeste Form geben. Chilischote waschen, der Länge nach aufschneiden, von Kernen und Scheidewänden entfernen und fein hacken. Johannisbeeren mit Chili und etwas Zucker vermengen. Mehl, restlicher Zucker und Butter miteinander vermengen und zu einem brösligen Teig verarbeiten. Diesen dann in Krümeln über die Johannisbeeren geben und für etwa 25 Minuten in den Backofen geben.

Für die Mascarpone:

200 g Mascarpone
200 g Quark
2 Zweige Rosmarin
4 EL Honig

Mascarpone mit Quark vermengen und zu einer Creme verarbeiten. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Honig und Rosmarin zur Creme geben.

Für die Garnitur:

2 EL Puderzucker

Crumble aus dem Ofen holen und abwechselnd mit der Mascarponecreme in einem Glas schichten. Alles mit Puderzucker bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.