

| Die Küchenschlacht – Menü am 21. März 2017 |
Vorspeise mit Nelson Müller



Christoph Werner

Karotten-Kokos-Cremesuppe mit gebackenem Pancetta

Zutaten für zwei Personen

- Für die Suppe:** Zwiebeln und Ingwer abziehen und klein schneiden. Chili kleinhacken.
 2 kg Karotten Zwiebeln, Chili und Ingwer in einen großen Topf geben und mit Olivenöl,
 1 Zwiebel Salz und Pfeffer 1-2 Minuten in einer Pfanne anschwitzen. Parallel 1 Kilo
 1 Bund Frühlingszwiebeln Karotten und etwas Ingwer durch die Saftpresse drücken und den Saft in
 1 rote Schote Chili (mittelscharf) einem Behälter sammeln. Das andere Kilo Karotten klein schneiden und in
 500 ml Geflügelfond den Topf zu den Zwiebeln hinzu geben und ebenfalls mit anschwitzen. Den
 400 ml Kokosmilch frischen Karottensaft aus der Presse ebenfalls in den Topf gießen. Alles ca.
 1 Knolle Ingwer 10 Minuten köcheln. Danach Kokosmilch und den Geflügelfond hinzu
 3 EL flüssiger Honig geben. Weiter kochen lassen. Alles mit dem Pürierstab zerkleinern und mit
 200 ml Sahne Sahne, Honig, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Sieb auf den mittleren
 Olivenöl, zum Anbraten Topf legen und die pürierte Suppe durch das Sieb pressen. Nochmal alles
 Salz, aus der Mühle pürieren.
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
 1 EL rosa Pfefferkörner
- Für den Pancetta:** Den Ofen auf 220 Grad Heißluft vorheizen. Den Pancetta mit braunem
 100 g Pancetta Zucker bestreuen und in den Backofen für 15-20 Minuten geben.
 2 EL brauner Zucker
- Für die Garnitur:** Die Suppe in Suppenteller gießen. Etwas Creme fraiche, den gebackenen
 1 Zweig Minze Pancetta und Balsamicocreme dazugeben. Alles mit gestoßenen rosa
 100 ml Balsamico Creme Pfefferkörnern und Minze dekorieren und servieren.
 1 EL Crème fraîche



Lisa Marb

Frittierte Tintenfischringe mit Aioli, Rucolasalat und selbstgebackenem Brötchen

Zutaten für zwei Personen

Für die Tintenfischringe:
 1 Kalmartube (küchenfertig)
 2 EL Zitronensaft
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kalmartube abbrausen, trockentupfen und in Ringe schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer bestreuen.

Für den Teig:
 1 Ei
 1 Eiklar
 90 g Mehl
 75 ml Weißbier
 1 EL Sonnenblumenöl
 2 TL Mohnsamen
 Öl, zum Frittieren
 Salz, aus der Mühle

Das Mehl in eine Schüssel mit $\frac{1}{4}$ TL Salz vermengen. Mit dem Bier, dem Ei, Öl und dem Mohn zu einem glatten Teig verrühren. Eiklar steif schlagen, vorsichtig unter den Teig heben.

In einem Topf ca. 5 cm hoch Öl erhitzen, bis Bläschen an einem ins Öl gehaltenen Holzstäbchen aufsteigen. Tintenfisch durch den Teig ziehen und ins heiße Fett geben. Die Ringe 3-4 Minuten frittieren. Mit einer Schaumkelle aus dem Fett heben und auf Küchenpapier entfetten.

Für die Aioli:
 2 Zehen Knoblauch
 1 Eigelb
 125 ml neutrales Sonnenblumenöl
 Salz, aus der Mühle

Knoblauch abziehen. Eine Knoblauchzehe mit $\frac{1}{2}$ TL Salz in einem Mörser zerdrücken bis eine feine Masse entstanden ist. Das Eigelb gründlich unterrühren. Unter ständigem Rühren mit dem Handrührgerät das Sonnenblumenöl zuerst tröpfchenweise, dann in einem dünnen Strahl dazugeben, bis eine cremige Masse entstanden ist. Die zweite Knoblauchzehe in kleine Würfel schneiden und dazugeben. Mit Salz abschmecken.

Für die Brötchen:
 150 g Mehl
 $\frac{1}{2}$ TL Natron
 $\frac{1}{2}$ TL Salz
 1 Prise Zucker
 120 ml Buttermilch
 $\frac{1}{2}$ TL Oregano
 $\frac{1}{2}$ TL schwarzer Kümmel

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Mehl, Natron, Salz und Zucker Zutaten miteinander vermischen. Buttermilch mit einem Holzlöffel unterrühren und dabei etwas Buttermilch zurückhalten. Einen lockeren Teig kneten und auf der Arbeitsfläche zu einem Leib formen. Dann in vier Stücke teilen und mit Buttermilch bestreichen. Die Brötchen mit Oregano und schwarzem Kümmel bestreuen und für 20 Minuten auf einem mit Backpapier ausgelegtem Blech backen.

Für den Salat und das Dressing:
 50 g Rucola
 4 kleine Tomaten
 $\frac{1}{2}$ Schalotte
 2 EL Balsamico-Essig
 2 EL Olivenöl
 1 TL Roh-Rohrzucker
 $\frac{1}{4}$ TL Salz
 1 Zweig Petersilie

Für das Dressing den Essig, das Olivenöl, Salz und Zucker in einer Schüssel miteinander zu einem Dressing verrühren. Thymian abzupfen und Petersilie klein schneiden. Beides zu dem Dressing geben. Schalotte abziehen und kleinschneiden. Tomaten halbieren. Dressing mit Rucola, Tomaten und Zwiebeln vermengen.

Frittierte Tintenfischringe mit Aioli, Rucolasalat und selbstgebackenem Brötchen auf Tellern anrichten und servieren.



Heinrich Herwig

Lachs-Avocado-Apfel mit Blini und Sellerie-Schmand

Zutaten für zwei Personen

Für den Lachs-Avocado-Apfel:

Lachsfilet à 250 g (mit Haut)
 1 reife Avocado
 1 kleiner saurer Apfel
 1 Zitrone (Saft)
 2 EL weißer Balsamico
 Sonnenblumenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 1 TL Timut Pfeffer Schwarzer
 Pfeffer, aus der Mühle

Den Lachs von der Haut befreien und in kleine Würfel schneiden. Mit Zitronensaft, einer Prise Salz und gemahlenem Timut Pfeffer in einer Schüssel vermengen.

Vom ungeschälten Apfel um das Kernhaus herum mit dem Trüffelhobel hauchdünne Scheiben abhobeln. Mit einem Messer ein wenig zerkleinern und mit etwas Zitronensaft und weißem Balsamico marinieren.

Das Fruchtfleisch der Avocado herauslösen und mit einem Messer etwas hacken. Mit Zitronensaft und gemahlenem schwarzen Pfeffer mischen und leicht salzen. In einem Topf die Fischhaut in etwas Öl knusprig braten.

Für den Blini:

150 g Mehl
 2 Eier
 150 ml Milch
 1 Prise Zucker
 Olivenöl, zum Ausbacken
 Salz, aus der Mühle

Eier in einer Schüssel schaumig schlagen. Salz, Zucker und Mehl und dann die Milch zugeben und gut verquirlen. Teig ruhen lassen.

In einer Pfanne Öl erhitzen und ganz kleine Mengen des Blini-Teiges hineingeben. Von beiden Seiten goldbraun braten.

Für den Sellerie-Schmand:

100 g Sellerie
 200 g Schmand
 ½ TL Wasabi
 50 ml Milch
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Gartenkresse, zum Garnieren

Sellerie klein würfeln und in etwas Olivenöl leicht anbraten und garen. Die Selleriewürfel in einem Mixer pürieren und mit dem Schmand und Wasabi mischen. Falls der Schmand zu dick ist, mit Milch verdünnen. Mit Salz abschmecken.

In einem Anrichtering erst eine dünne Lage Apfelscheiben, dann Lachs, dann Avocado, wieder Lachs und zuletzt Apfelscheiben schichten. Einen Klacks Schmand daneben auf den Teller geben und einen Blini darauf platzieren. Mit der krossen Fischhaut und Kresseblättchen dekorieren und servieren.



Dolores Gächter-Ritter

Gratinierte Grünschalenmuscheln mit grünem Salat und Blitzbrot

Zutaten für zwei Personen

Für die Grünschalenmuscheln: Einen Topf mit gesalzenem Weißweinessig, Krustentierfond und mit den Lorbeerblättern aufkochen lassen. Grünschalenmuscheln dazugeben und ca. 4 Minuten kochen. Knoblauch abziehen und klein hacken. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und kleinhacken. Den entstandenen Sud mit Weißwein, Semmelbröseln, Knoblauch, Olivenöl, Petersilie und Parmesan vermengen. Die verbleibenden Muscheln damit füllen und mit Parmesan bestreuen.

6 Grünschalenmuscheln
 2 Zehen Knoblauch
 100 g Semmelbrösel
 300 g geriebener Parmesan
 1 Bund glatte Petersilie
 2 Lorbeerblätter 2 TL milder Weißweinessig
 100 ml trockener Weißwein
 100 ml Krustentierfond
 6 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle

Für den Salat: Salate waschen, trocken schleudern und in eine Schale geben. Tomate klein schneiden und zum Salat geben. Aus Weißwein- und Balsamico Essig, Olivenöl und Honig eine Marinade zubereiten. Diese mit Salz und Pfeffer würzen.

1 Eisbergsalat
 1 Frisée Salat
 1 Bund Rucola
 1 Tomate
 1 TL flüssiger Honig
 50 ml Olivenöl
 50 ml Balsamico Essig
 50 ml Weißweinessig
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Blitzbrot: Ofen auf 200 Grad Umluft mit dem Pizzastein vorheizen.

125 g Dinkelmehl Hefe in lauwarmes Wasser einrühren, Mehl, Salz und Kümmel dazugeben. Zu einem Teig verkneten und ein Brot formen. Teig an einem warmen Ort gehen lassen. Bei 250 Grad Grillfunktion das Brot für 25 Minuten in den Ofen geben.

1 Würfel Hefe
 100 ml Wasser
 1 TL Grobes Salz
 1 TL Kümmel
 ½ TL Salz

Gratinierte Grünschalenmuscheln mit grünem Salat und Blitzbrot auf Tellern anrichten und servieren.



Peter Schunke

Caesar-Salad-Soup mit Parmesan-Wippe

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe: Kartoffeln schälen und in grobe Stücke würfeln. In einem Topf mit 150 g mehligkochende Kartoffeln Salzwasser 20 Minuten garen. Abgießen, kurz abdampfen und durch die Kartoffelpresse drücken. In der Zwischenzeit Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Sellerie schälen und in Würfel schneiden. Den Romanasalat von den äußeren Blättern befreien, waschen und diese in Streifen schneiden. Salatherzen ganz lassen und beiseitelegen. Zwiebeln in Öl glasig dünsten, Sellerie zugeben und unter Rühren 2-3 Minuten braten. Knoblauch und Salat zugeben, bis dieser leicht zerfällt. Fond hinzugeben und zum Kochen bringen. 5-8 Minuten kochen lassen, bis der Sellerie weich ist. Suppe unter der Zugabe von 100 ml Milch pürieren, gepresste Kartoffeln zugeben und durchmischen. Eigelb mit der restlichen Milch verquirlen und mit Frischkäse in die Suppe mixen. Nicht mehr aufkochen lassen, geringe Hitze. Die Suppe mit einem Teil des Käse, Pfeffer und Zitronenschale abschmecken. Salatherzen längs halbieren und in Öl auf der Schnittfläche anbraten. Den Salat leicht bräunen und wenden. Restlichen Käse auf die gebratene Schnittfläche des Salat streuen und schmelzen lassen. Gegebenenfalls mit Deckel dünsten.

Für die Croutons: Brotscheiben in eine Pfanne ohne Fett geben und leicht bräunen. Aus der Pfanne nehmen und die warmen Scheiben mit Knoblauch einreiben. Brot in gleich große Würfel schneiden. In einer Pfanne mit wenig Öl goldbraun rösten und mit wenig Salz und Pfeffer würzen.

Für die Parmesanhippe: Ofen auf 150 Grad Umluft vorheizen. Parmesan fein reiben. Auf einem Blech mit Backpapier in einen dünnen Streifen legen. Und im Ofen schmelzen lassen. Nach 5-7 Minuten ist der Käse leicht gebräunt und kann aus dem Ofen genommen werden. Vorsichtig vom Blech lösen und über ein Glas legen.

Suppe in Schüsseln geben und mit einer Salathälfte und den Croutons anrichten und servieren.