

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 26. November 2019** ▪  
**Tagesmotto: „Wichteln“ mit Mario Kotaska**



**Mariluisse Baumeister kocht das Gericht von Lilly Kürten**

**Rote-Bete-Graupen-Risotto mit Spinat-Salat**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für das Risotto:**

400 g Perlgraupen  
 2 vorgegarte rote Bete  
 1 Knoblauchzehe  
 2,5 Zwiebeln  
 120 g kalte Butter  
 40 g Parmesan  
 1 Blauschimmelkäse  
 20 ml Weißwein  
 200 ml Gemüfefond  
 100 ml Rote-Bete-Saft  
 50 ml Olivenöl  
 1 Lorbeerblatt  
 Kresse, zum Garnieren  
 ½ TL Kräutersalz  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Zwiebeln und Knoblauch in Olivenöl anschwitzen, die Graupen einrieseln lassen und mitanschwitzen. Alles mit Weißwein ablöschen und den Wein unter Rühren wieder verdampfen lassen. Nach und nach mit Fond und Rote-Bete-Saft ablöschen. Lorbeerblatt abzupfen. Mit Kräutersalz und Pfeffer würzen und mit Lorbeerblatt simmern lassen. Parmesan reiben. Wenn die Graupen al dente sind, kalte Butter und Parmesan einrühren. Kurz vor dem Servieren Käse zerbröseln und die Blauschimmelflocken unterheben und über das Risotto streuen. Kresse abbrausen, trockenwedeln und abzupfen. Rote Bete schälen, fein schneiden und mit dem Sternenausstecher kleine Sterne ausstechen. Alles mit Kresse, Blauschimmel und Roter Bete garnieren.

**Für den Salat:**

500 g frischer Babyspinat  
 1 reife Birne  
 15 Walnüsse  
 100 g Parmesan  
 1 TL flüssiger Honig

Spinat waschen, trockenschleudern und von Stielen befreien. Walnüsse mit Honig karamellisieren. Parmesan in grobe Flocken hobeln. Birne waschen, trockentupfen, das Kerngehäuse entfernen, in kleine Stücke schneiden und dazu geben.

**Für das Dressing:**

1 Knoblauchzehe  
 1 TL Worcester Sauce  
 2 EL Himbeeressig  
 4 EL Walnussöl  
 1 TL flüssiger Honig  
 1 TL Zucker  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und fein hacken. Essig, Öl, Zucker, Honig, Worcester Sauce, Knoblauch, Honig, Zucker, Salz und Pfeffer vermengen und den Salat mit dem Dressing marinieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Lilly Kürten kocht das Gericht von Marieluise Baumeister

## Hirschrücken mit Dukkah-Kruste, Granatapfelsauce, Möhrengemüse und Steckrübenstampf

Zutaten für zwei Personen

### Für den Hirschrücken:

2 küchenfertige Hirschrücken, à 120 g  
2 EL Orangenmarmelade  
30 g Dukkah-Gewürz  
1 EL neutrales Öl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Fleisch auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen und das Fleisch darin auf beiden Seiten 1 Minute anbraten. In den Backofen stellen und 8-10 Minuten rosa garen. Aus dem Ofen nehmen, mit Alufolie bedeckt ruhen lassen und warmhalten. Orangenmarmelade mit Dukkah zu einer Paste verarbeiten und je nach Geschmack mit Salz würzen. Dukkah-Paste auf den Fleischstücken verteilen und gut andrücken. In der Pfanne direkt unter den Grill schieben und in ca. 2 Minuten hellbraun gratinieren.

### Für die Sauce:

1 Granatapfel  
1 EL Zucker  
20 g Butter  
Salz, aus der Mühle

Granatapfel halbieren. 2 EL Kerne auslösen und für das Möhrengemüse beiseitestellen. 100-120 ml Saft aus den Hälften pressen. Zucker in einem kleinen Topf hellbraun karamellisieren. Mit dem Granatapfelsaft ablöschen und bei starker Hitze wie einen Sirup einkochen. Vom Herd nehmen und Butter und eine Prise Salz einrühren.

### Für den Stampf:

250 g Steckrüben  
250 g Kartoffeln  
10 g weiche Butter  
Salz, aus der Mühle

Steckrüben und Kartoffeln schälen, in 3-4 cm große Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser bei mittlerer Hitze 20-25 Minuten zugedeckt kochen. Abgießen und ausdämpfen lassen. Butter dazugeben und grob zerstampfen.

### Für das Möhrengemüse:

3 Möhren am Bund, ca. 200 g  
15 Zuckerschoten, ca. 45 g  
10 g Butter  
1 TL Zucker  
1 EL neutrales Öl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Möhren schälen, Enden entfernen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Zuckerschoten putzen, längs halbieren (oder quer in größere Stücke schneiden). Öl in einer Pfanne leicht erhitzen. Möhren und Zuckerschoten darin 6-8 Minuten braten. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Butter unter das Möhrengemüse mischen und Granatapfelkerne (von oben) zugeben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Dorina Vornicescu kocht das Gericht von Florian Becker

## Zander mit Wurzelgemüse, Thymiankartoffeln und Meerrettichsauce

Zutaten für zwei Personen

### Für den Zander:

2 Zanderfilets à 120 g, mit Haut  
1 Limette  
100 g Butter  
50 ml Sonnenblumenöl  
Salz, aus der Mühle

Den Zander waschen, trockentupfen, salzen, mehlieren und auf der Haut bei mittlerer Hitze in 30 g Butter etwa zwei Drittel durchbraten. Danach drehen, restliche Butter zugeben und fertig braten. Limette waschen, trockentupfen, Schale abreiben und den Fisch damit garnieren.

### Für das Wurzelgemüse:

1 Karotte  
1 gelbe Rübe  
1 Knolle Sellerie  
1 Stange Lauch  
2 EL Butter  
Salz, aus der Mühle

Lauch putzen. Karotte, Rübe und Sellerie schälen, von Enden befreien und mit dem Lauch Julienne schneiden. Alles kurz blanchieren und kurz vorm Anrichten blanchieren. Butter in eine Pfanne geben, das Gemüse durch die Butter schwenken und mit Salz abschmecken.

### Für die Kartoffeln:

6 mehlig kochende Kartoffeln  
50 g Butter  
1 Bund Zitronenthymian  
½ Muskatnuss  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und vierteln oder achteln. Muskatnuss reiben. Zitronenthymian abbrausen, trockenwedeln und die Blätter abzupfen. Kartoffeln mit geschmolzener Butter, Muskat, Salz und Pfeffer einreiben und mit Zitronenthymian garnieren. In den Ofen geben.

### Für die Sauce:

1 Stück frischer Meerrettich  
1 Zwiebel  
80 ml Sahne  
2 EL kalte Butter  
80 ml Riesling  
125 ml Fischfond  
125 ml Gemüsefond  
2 TL scharfer Dijon-Senf  
2 Lorbeerblätter  
1 EL Mehl, zum Binden  
Speisestärke, zum Binden  
½ Muskatnuss  
Neutrales Öl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen, fein schneiden und in etwas Öl andünsten. Lorbeerblatt abzupfen und Meerrettich reiben. Fisch- und Gemüsefond, Riesling, Sahne, Lorbeerblatt und Meerrettich kurz zu einem Meerrettichschaum aufkochen. Muskatnuss reiben. Vorm Servieren kalte Butter dazugeben und mit Salz, einer Prise Muskat, Senf und mehr Meerrettich abschmecken. Bei Bedarf mit Speisestärke oder Mehl andicken, mit einem Stabmixer durchmischen und servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Wolf-Hinrich Struve kocht das Gericht von Dorina Vornicescu**

## **Hähnchen mit Kartoffelpüree und typisch moldawischer Sauce**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Fleisch:**

1 Hühnerbrustfilet  
1 Mais-Hähnchen-Oberschenkel  
1 Zitrone  
Butterschmalz, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Filet und Oberschenkel waschen, trockentupfen und in Butterschmalz anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und jede Seite eine Minute braten. Fleisch für 15 Minuten in den Ofen geben. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Hähnchen aus dem Ofen nehmen, mit einem Spritzer Zitronensaft ablöschen und in kleine Stücke schneiden.

### **Für die Sauce:**

100 g weiße Champignons  
2 Knoblauchzehen  
2 Eier (Eigelbe)  
150 g Crème fraîche  
180 g Butter  
250 ml Entenfond  
2 Zweige Thymian  
1 Lorbeerblatt  
5 EL Mehl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

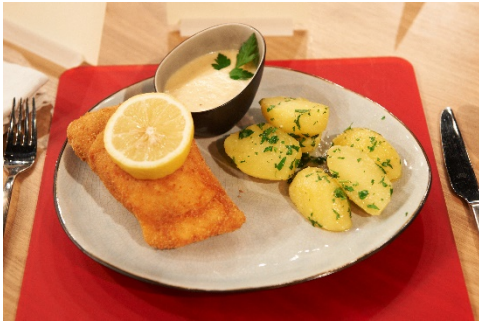
Champignons putzen, in Scheiben schneiden und in Butter anbraten. Knoblauch abziehen, fein hacken und zu den Champignons fügen. In einer Schüssel Entenfond mit Mehl vermischen und über die Champignons gießen. Lorbeerblatt abzupfen. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Lorbeerblatt und Thymian-Zweigen der Sauce zum Aromatisieren hinzufügen. Eier trennen und Eigelbe auffangen. Crème fraîche und Eigelbe verrühren und mit der Sauce vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren Lorbeerblatt und Thymian-Zweige entfernen.

### **Für das Püree:**

6 mehlig kochende Kartoffeln  
100 ml Milch  
1 EL Crème fraîche  
80 g Butter  
2 Zweige Dill  
1 Muskatnuss  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln ca. 20 Minuten in einem Kochtopf garen und anschließend pellen. Dill abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Muskatnuss reiben und 1 Msp. auffangen. Kartoffeln mit einem Stabmixer pürieren und währenddessen Milch, Crème fraîche, Butter, Dill und Muskat einrühren. Alles zu einem Püree verarbeiten und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Florian Becker kocht das Gericht von Wolf-Hinrich Struve

## Cordon bleu vom Lachs mit Salzkartoffeln und Senfsauce

Zutaten für zwei Personen

- Für das Cordon bleu:** Das Lachsfilet waschen, trockentupfen, horizontal mittig aufschneiden ohne es durchzuschneiden und aufklappen. Mit Salz und Curry würzen. Schalotten und Knoblauch abziehen, fein würfeln und in der Butter anschwitzen. Blattspinat waschen, trockentupfen, in der Butter zusammenfallen lassen, salzen, pfeffern und auf einem Sieb gut abtropfen lassen. Lachsfilet mit Gouda belegen, mit Blattspinat bedecken, mit Gouda abdecken und das Filet zusammenklappen. Aus Mehl, Eiern und Paniermehl eine Panierstraße aufbauen und den Lachs in der gleichen Reihenfolge panieren. Von beiden Seiten je nach Dicke mit den Zwiebeln 3 - 5 Minuten goldbraun backen.
- Lachsfilet, à 300 g, ohne Haut
  - 100 g Blattspinat
  - 2 kleine Schalotten
  - 1 Knoblauchzehe
  - 20 g Butter
  - 4 Scheiben Gouda
  - 2 Eier
  - 100 g Mehl
  - 100 g Paniermehl
  - 1 EL Curry
  - Salz, aus der Mühle
- Für die Kartoffeln:** Kartoffeln schälen und in Salzwasser garkochen. Abgießen und auf dem Teller platzieren. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, grob hacken und Kartoffeln damit garnieren.
- 400 g festkochende Kartoffeln
  - 2 Zweige glatte Petersilie
  - Salz, aus der Mühle
- Für die Senfsauce:** Zwiebel abziehen und fein würfeln. Öl erhitzen und Zwiebel und Mehl so lange darin dünsten, bis beides hellgelb ist. Milch und Gemüsefond unter Rühren dazu geben und bei mittlerer Hitze köcheln. Die Sauce mit Salz, Zucker und dem Senf abschmecken. Sauce in einer Schale anrichten.
- 1 Zwiebel
  - 250 ml Milch
  - 250 ml Gemüsefond
  - 5 EL Senf
  - 1 TL Zucker
  - 2 EL Mehl
  - 1 EL Speiseöl, zum Anbraten
  - Salz, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.