

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 06. April 2018** ▪
Finalgericht von Johann Lafer



Joahnn Lafer

**Gegrilltes Spider Steak mit Pak Choi, Spargel und Mango,
Curry-Selleriepüree und Kokos-Schaum**

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch: Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Fleisch waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Steaks in einer Grillpfanne im heißen Olivenöl von beiden Seiten kurz und kräftig grillen. Auf das mittlere Ofengitter im Backofen legen und ca. 15 Minuten garziehen lassen. Vor dem Anrichten in Tranchen schneiden.

2 Fledermaus-Steaks, à ca. 160 g (Wagyu Spider Steak)
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Gemüse mit Pak Choi und Spargel: Pak Choi putzen, waschen und längs halbieren. Weißen Spargel waschen, schälen und die holzigen Enden abschneiden. Die Stangen in schräge Stücke schneiden. Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Kern schneiden und anschließend würfeln. Ingwer schälen und fein reiben. Chilischote waschen, längs halbieren, entkernen und die Schote fein hacken.

2 kleine Pak Choi
 4 Stangen weißer Spargel
 1 Mango (Thai Mango)
 ½ Limette
 20 g Ingwerknolle
 1 rote Chilischote
 1 EL Sesamöl
 2 EL Sojasauce
 1 TL Honig
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Sesamöl in einer Pfanne erhitzen. Ingwer und Chili darin anschwitzen. Spargel zugeben und ca. 2 Minuten anbraten. Pak Choi hinzufügen und ebenso kurz anbraten. Gemüse mit Sojasauce, Honig, Salz und Pfeffer würzen. Die Mango kurz vor Schluss zugeben und unterschwenken.

Für das Curry-Selleriepüree: Sellerie waschen, schälen und würfeln. Sellerie zusammen mit dem Fond und der gelben Currypaste aufkochen. Abgedeckt bei mittlerer Temperatur weichkochen. Sellerie abgießen, den Sud dabei aufbewahren. Sellerie mit Salz und Muskat würzen, die Butter zugeben und sehr fein pürieren. Nach und nach den Sud zugeben, bis ein feincremiges Püree entstanden ist. Abgedeckt warm stellen.

500 g Knollensellerie
 40 g Butter
 150 ml Gemüsfond
 1 TL gelbe Currypaste
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle

Für den Kokos-Schaum: Zitronengras waschen und in Stücke schneiden. Schalotte abziehen und klein schneiden. Kokosmilch mit Schalotten, Zitronengras und Limettenblatt in einem Topf aufkochen. Bei mittlerer Temperatur 10-15 Minuten köcheln lassen. Anschließend die Kokosmilch in einen zweiten Topf durch ein feines Sieb passieren. Mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Limettensaft abschmecken. Die Sauce mit einem Pürierstab schaumig mixen. Den Schaum dekorativ über das fertig angerichtete Gericht träufeln.

1 Stange Zitronengras
 1 Schalotte
 ½ Limette (Saft)
 1 Kaffir Limettenblatt
 300 ml Kokosmilch

Für die Garnitur: Sesam in einer Pfanne ohne Fett goldbraun braten. Koriander abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen. Mit Sesam und Korianderblättern bestreut servieren.

1 EL Sesam
 ½ Bund Koriander

Gegrilltes Spider Steak mit Pak Choi, Spargel und Mango, Curry-Selleriepüree auf Tellern anrichten, mit dem Kokos-Schaum garniert servieren.

Zusatzzutaten Stefanie: Mit der Fischsauce hat Stefanie das Gemüse mit Spargel, Mango und Pak Choi verfeinert. Den Saft einer halben ausgepressten Orange hat sie zum Püree beigemischt und mit dem Cayennepfeffer hat sie den Kokos-Schaum abgeschmeckt.

1 EL thailändische Fischsauce
1 Orange
1 Msp. Cayennepfeffer

Zusatzzutaten Karin: Das Knoblauchpulver hat Karin zum Würzen des Fleisches verwendet, die Minze hat sie zum Garnieren gebraucht und mit einem Hauch Orangenschalenabrieb hat sie den Schaum verfeinert.

1 Orange
1 Zweig frische Minze
1 Msp. Knoblauchpulver

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 06. April 2018** ▪
Zusatzgericht von Johann Lafer



Joahnn Lafer

Johanns grünes Curry mit Basmati

Zutaten für vier Personen

Für das Curry: Fleisch waschen, trocken tupfen. In einem Wok Kokosmilch und Fond aufkochen und die Currypaste einrühren. Ingwer in Scheiben schneiden. Zitronengras klein schneiden. Knoblauch und Zwiebel abziehen und ebenso klein schneiden. Ingwer, Zitronengras, Limetten-Blätter, Chilischote, Zwiebel und Knoblauch in den Sud geben. Das Fleisch ebenso zugeben und bei ca. 70 Grad ca. 7 Minuten garziehen lassen. In der Zwischenzeit das Gemüse waschen, die Enden entfernen und klein schneiden. In einer Pfanne das Sesamöl erhitzen, Zucchini, klein geschnittenen Pak-Choi und die grüne Paprika zugeben und langsam anbraten. Pilze, Spargel und Zuckerschoten erst nach ca. 3 Minuten zugeben und weitere ca. 2 Minuten anbraten. Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen. Dann das Gemüse vom Herd ziehen und kurz beiseitestellen. Aus dem Sud die Limettenblätter, die Chilischote, den Ingwer sowie das Zitronengras abschöpfen. Das Fleisch ebenso aus dem Sud herausnehmen und kurz vor dem Anrichten des Currys in schräge Tranchen schneiden. Bärlauch, Petersilie und Koriander abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen bzw. Bärlauch klein zupfen. Kräuter und Chinakohlblätter in den Sud geben und mit einem Pürierstab alles aufmixen, so dass eine grüne Sauce entsteht. Das zuvor gebratene Gemüse und das Hähnchenfleisch untermengen und das Curry mit Salz und etwas Limettensaft abschmecken. Zum Garnieren den Sesam in einer Pfanne ohne Fett goldbraun braten.

3 doppelte Hühnerbrustfilets, à 200 g
 200 g Zuckerschoten
 1 grüne Paprika
 200 g Thai-Spargel
 100 g Chinakohlblätter
 100 g Shiitake-Pilze
 4 Mini-Zucchini
 2 kleine Pak Choi
 2 Zitronengrasstängel
 3 Knoblauchzehe
 2 Zwiebeln
 2 cm Ingwerknolle
 1 kleine grüne Chilischote
 2 Kaffirlimetten-Blätter
 2 TL grüne Currypaste
 400 ml Kokosmilch
 400 ml Geflügelfond
 1 Bund glatte Petersilie
 1 Bund Bärlauch
 ½ Bund Koriander
 1 Limette
 1 EL heller Sesam, zum Garnieren
 4 EL Sesamöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Basmati: Basmatireis im Gemüsefond ca. 12 Minuten bei leichter Flamme garziehen lassen und nach Bedarf mit Salz nachwürzen.
 300 g Natur-Basmatireis
 900 ml Gemüsefond
 Salz, aus der Mühle

Johanns grünes Curry mit Basmati auf Tellern anrichten, mit Sesam garnieren und servieren.