

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 21. August 2018** ▪
Vorspeise mit Alfons Schuhbeck



Nancy Haas

Hackröllchen mit Bulgur und Joghurt-Minz-Dip

Zutaten für zwei Personen

- Für die Hackröllchen:** Den Knoblauch abziehen, fein hacken und mit Hackfleisch, Salz und Tabasco vermengen. Aus der Hackfleischmasse 4 Röllchen formen und in einer Pfanne mit Öl anbraten.
- 200g Rinderhack
 - 1 Knoblauchzehe
 - 2 TL Tabasco
 - Neutrales Öl, zum Anbraten
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für den Bulgur:** Zwiebel abziehen und fein würfeln. Paprika waschen, Strunk und Kerne entfernen und in zwei Zentimeter große Würfel schneiden. Zwiebel in einer Pfanne mit heißem Öl glasig dünsten, Tomatenmark und Paprika unterrühren und alles salzen. Bulgur und Fond dazugeben und alles zugedeckt aufkochen. Bei schwacher Hitze etwa 20 Minuten quellen lassen. Petersilie abbrausen, trocken wedeln, Blätter abzupfen, fein hacken und unter den fertigen Bulgur mischen.
- 100 g Bulgur
 - 1 rote Paprika
 - 1 Zwiebel
 - 200 ml Gemüsefond
 - 1 TL Tomatenmark
 - 4 Stiele glatte Petersilie
 - Neutrales Öl, zum Anbraten
- Für den Joghurt-Minz-Dip:** Minze abbrausen und trocken wedeln. Anschließend fein hacken und unter den Joghurt rühren.
- 100 g Magermilchjoghurt
 - 5 Stiele Minze

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Florian Schröder

Karotten-Ingwer-Suppe mit Lachsspieß

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe: Die Karotten waschen, schälen und klein würfeln. Tomate waschen, Stielansatz entfernen und klein würfeln. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Etwas Puderzucker in einem Topf karamellisieren, Gemüse hinzu geben und kurz andünsten. Mit Fond ablöschen und knapp unter Siedepunkt ca. 20 Minuten garen.

250 g Karotten
1 roter Apfel
1 Tomate
1 große Zwiebel
2 Knoblauchzehen
2 cm Ingwer
800 ml Gemüsefond
200 ml Sahne
4 EL kalte Butter
2 TL Puderzucker
1 TL mildes Currypulver
1 TL Korianderkörner
1 TL Pimentkörner
1 TL schwarze Pfefferkörner
Salz, aus der Mühle

Apfel waschen, vierteln und Kerngehäuse entfernen. Fruchtfleisch in dünne Spalten schneiden. Zwei Spalten schälen und fein hacken. Restliche Spalten beiseitelegen. Ingwer schälen, Knoblauch abziehen und fein hacken. Alles zusammen in die Suppe geben, mit Currypulver würzen. Koriander-, Piment- und Pfefferkörner in Gewürzmühle geben und Suppe kräftig würzen. Sahne und Butter hinzugeben und Suppe mit Stabmixer fein pürieren.

Restlichen Puderzucker in Pfanne karamellisieren und ungeschälte Apfelspalten darin hell anbraten. Suppe vor dem Anrichten nochmals aufschäumen und mit Apfelspalten garnieren.

Für den Lachsspieß: Lachsfilet waschen, trockentupfen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Von allen Seiten grob mit Salz und Pfeffer würzen. Lachsstücke auf Holzspieß stecken und in beschichteter Pfanne mit Olivenöl von jeder Seite ca. 3 Minuten anbraten.

200 g Lachsfilet ohne Haut
3 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Christel Steinhoff

Gebratene Kräuterseitlinge mit Pfirsich, Speck und Thymian-Schaum

Zutaten für zwei Personen

Für die Pilze und den Pfirsich: Die Kräuterseitlinge putzen und in Scheiben schneiden. Schalotte abziehen und fein würfeln. Knoblauch abziehen und andrücken. Pfirsich kreuzweise einschneiden, mit heißem Wasser überbrühen, häuten, halbieren, vom Stein befreien und Fruchtfleisch in Spalten schneiden. Kräuterseitlinge, Schalotten und Knoblauch in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Pfirsich und Kürbiskerne dazugeben und mit braten. Butter dazugeben und schmelzen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken.

200g Kräuterseitlinge
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
1 weißer Pfirsich
1 TL Butter
1 TL Balsamicoessig
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Speck: Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Speck auf einem Backblech mit Backpapier auslegen und etwa 10 Minuten im Ofen knusprig backen.

6 Scheiben Frühstücksspeck

Für den Thymian-Schaum: Milch in einem Topf erhitzen, aufkochen lassen und Hitze sofort wieder reduzieren. Thymian abrausen, trocken wedeln, in die heiße Milch geben und etwa 5 Minuten ziehen lassen. Thymian aus der Milch nehmen, mit einer Prise Salz würzen und mit dem Stabmixer schaumig aufmixen.

150 ml Milch
4 Zweige Thymian
Salz, aus der Mühle

Für den Blätterteig Ei trennen. Blätterteig ausrollen und mit Eigelb bestreichen. Dann mit einem Messer in ca. 2 cm breite Streifen schneiden. Mit den Kürbiskernen und Salz bestreuen. Diese Streifen dann zu Spiralen verdrehen und auf das Backblech legen. Zehn Minuten im Backofen goldbraun ausbacken.

1 Blätterteig
1 Ei
2 EL Milch
2 EL Kürbiskerne
Salz, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Tim Schiffer

Rindertatar mit marinierter Wassermelone und Ingwer-Mayonnaise

Zutaten für zwei Personen

Für das Tatar vom Rind: Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und fein würfeln. Schalotte abziehen und fein hacken. Chili längs aufschneiden, von Kernen befreien und ebenfalls fein hacken. Schnittlauch abrausen, trocken wedeln und in feine Ringe schneiden. Limette halbieren und Saft auspressen. Alle Zutaten mit Sojasauce und Sweet-Chili-Sauce miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Schwarzbrotsscheiben mit einem Metallring ausstechen und in einer Pfanne mit Butter und Sesamöl von beiden Seiten anrösten.

250 g pariertes Rinderfilet
2 Scheiben Schwarzbrot
1 Schalotte
1 Limette
½ Chilischote
5 g Butter
½ Bund Schnittlauch
2 EL Sojasauce
1 EL Sweet- Chili- Sauce
2 EL Sesamöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die marinierte Wassermelone: Wassermelone mit einem Kugelausstecher zu Halbkugeln ausstechen. Limette halbieren und Saft auspressen. Koriander abrausen, trocken wedeln und fein hacken. Alle Zutaten miteinander vermengen und mit Salz abschmecken.

200 g Wassermelone
1 Limette
¼ Bund Bergkorianderblätter
Salz, aus der Mühle

Für die Ingwer-Mayo: Eier trennen und Eigelb mit Senf in ein hohes Gefäß geben. Nach und nach das Öl hinzufügen und mit einem Stabmixer zu einer homogenen Masse vermengen. Ingwer schälen, fein reiben und zur Mayonnaise hinzufügen. Limettenschale abreiben. Mit Salz, weißem Pfeffer, Limettenabrieb und Jogurt abschmecken.

3 Eier
2 cm Ingwer
0,5 Limette
2 TL Dijon-Senf
125 ml Sonnenblumenöl
1 EL Jogurt (3,5 %)
Weißer Pfeffer, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Katharina Zehentmair

Bayerische Brotzeit: selbstgebackene Brezen, Obatzda und Speck-Dip

Zutaten für zwei Personen

Für den Obatzda: Die Gemüsezwiebel abziehen und klein schneiden. Knoblauch abziehen und ebenfalls klein schneiden. Den Camembert, Frischkäse und Butter in eine Schüssel geben, die Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und mit Kümmel, Paprikapulver würzen und verrühren. Mit Bier und Salz und Pfeffer abschmecken.

200 g Camembert
100 g Doppelrahmfrischkäse
30 g Butter
1 Gemüsezwiebel
1 Rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 TL ganzer Kümmel
2 TL Paprikapulver edelsüß
2 EL Bier
2 EL Schnittlauch
3 Radieschen

Für den Speck-Dip: Speck sehr fein würfeln und in einer Pfanne schön kross ausbraten. Etwas abkühlen lassen und zusammen mit dem ausgelassenen Fett unter den Schmand rühren, gegebenenfalls mit Johannisbrotkernmehl vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schnittlauch klein schneiden und den Dip damit garnieren.

100 g durchwachsenen Speck
250 g Schmand
1 EL Johannisbrotkernmehl
1 EL Schnittlauch
Salz und Pfeffer aus der Mühle

Für die Brezen: Den Ofen auf 220 Grad Umluft vorheizen. Das Wasser mit Natron zum Kochen bringen. Alle weiteren Zutaten zusammen zu einem Teig vermengen und Kugeln daraus formen. Den Teig zuerst zu einer langen Rolle formen und anschließend daraus Brezen formen. Die Brezen im Natronwasser kurz baden, Brezen mit Salz betreuen und 15-20 Minuten im Backofen goldgelb fertig backen.

100 ml Milch
100 ml Wasser
100 g weiche Butter
1 TL Zucker
1 TL Salz
0,5 frischen Hefewürfel
400 g Mehl Typ 550
2 EL Brezensalz
2 L Wasser
6 EL Natronpulver

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.