



| Die Küchenschlacht - Leibgerichte vom 27. Juli 2009 |

„Zanderfilet mit Gemüse-Kartoffel-Gröstl und Prosciutto-Speck-Bröseln“ von Eva-Maria Glawischnig

Zutaten für zwei Personen

2	Zanderfilets, mit Haut, ohne Gräten
6	Kartoffeln, festkochend
6 Scheiben	Prosciutto
150 g	Thai-Spargel
100 g	Speck, gewürfelt
100 g	Zuckerschoten
1 Kopf	Brokkoli
2	Zwiebeln
2	Frühlingszwiebeln
1	Paprika, rot
1	Paprika, gelb
1	Paprika, grün
2	Karotten
1	Zucchini
1	Kohlrabi
1	Ingwer
1	Zitrone, unbehandelt
1	Limette, unbehandelt
1 Zweig	Thymian
2 Zweige	Rosmarin
2 Zweige	Majoran, frisch
2 Zweige	Koriander
0,5 Bund	Dill
0,5 Bund	Schnittlauch
0,5 Bund	Petersilie, kraus
1 Schote	Chili
2 Zehen	Knoblauch
4 EL	Butterschmalz
4 EL	Butter
2 EL	Olivenöl
	Cayennepfeffer
	Tempuramehl
	Kräutergewürz
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Schinken in Ganzen Scheiben und zusammen mit dem Speck im Backofen knusprig braten und anschließend zerkleinern.

Die Zitrone halbieren und auspressen. Die Zanderfilets waschen, trocken tupfen und mit einigen Tropfen Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen und in Tempuramehl wenden. Eine Knoblauchzehe abziehen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Filets mit der Hautseite nach unten kross mit einer Knoblauchzehe und einem Rosmarinzwig anbraten. Anschließend wenden, die Pfanne beiseite stellen und die Filets darin ruhen lassen.

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser mit einem Thymianzweig gar kochen. Anschließend die Kartoffeln abgießen und in Würfel schneiden. Den Brokkoli in Röschen teilen. Die Karotten und den Kohlrabi schälen und in kleine Stücke schneiden. Die Karotten, den Kohlrabi, die Zuckerschoten und den Brokkoli anschließend in Salzwasser kurz blanchieren und danach in Eiswasser abschrecken.



Die Frühlingszwiebel und den Thai-Spargel klein schneiden. Die Chili halbieren, entkernen und sehr fein hacken. Den restlichen Knoblauch abziehen und klein schneiden. Den Ingwer schälen und ein wenig davon reiben. Die Zwiebeln abziehen und würfeln. Die Zucchini schälen und klein schneiden. Die drei Paprika halbieren, entkernen und in Stücke schneiden. Vier Esslöffel Butterschmalz in einem Wok erhitzen und als erstes die Zwiebeln darin

anrösten. Anschließend die Paprika, die Zucchini, die Frühlingszwiebel, den Thai-Spargel, das blanchierte Gemüse und die Kartoffelwürfel hinzufügen. Das Ganze mit Chili, dem Knoblauch, dem Ingwer, Salz und Pfeffer würzen. Den restlichen Rosmarin zupfen. Den Majoran und die Petersilie fein hacken. Die Kräuter abschließend darüber streuen und das Ganze gut durchschwenken.

Die Schale der Limette abreiben. Den Schnittlauch, Dill und Koriander fein hacken und alles mit vier Esslöffeln Butter und etwas Petersilie vermischen. Mit Kräutersalz, Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und dem Limettenabrieb vermischen. Anschließend eine Rolle daraus formen, in Folie wickeln und kalt stellen.

Die Zanderfilets mit der Limetten-Kräuterbutter und dem Gemüse-Kartoffel-Gröstl auf Tellern anrichten und mit dem Prosciutto-Speck-Bröseln und etwas Schnittlauch garniert servieren.



„Rinderfilet mit Zuckerschoten und Papaya-Basilikum-Komposition“ von Steffen Wellbrock

Zutaten für zwei Personen

2	Rinderfilets, à 200 g
4	Kartoffeln, mehligkochend
2	Zwiebeln, rot
250 g	Butter
2 EL	Balsamicoessig
1 EL	Sojasauce
2	Papaya
0,5 Bund	Basilikum
80 ml	Rinderfond
150 g	Zuckerschoten
100 g	Butterschmalz
	Olivenöl, zum Anbraten
	Sonnenblumenöl, für die Friteuse
	Meersalz
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Für die Sauce die roten Zwiebeln abziehen und in kleine Würfel schneiden. Das Basilikum fein hacken. Die Papayas schälen, halbieren, entkernen und in große Stücke schneiden. Die Zwiebeln in Olivenöl anbraten und beiseite stellen. Das Balsamicoessig mit der Sojasauce in einer Pfanne reduzieren lassen. Anschließend mit dem Rinderfond ablöschen und die Hälfte der Papayastücke leicht unterrühren. Das Ganze auf kleiner Hitze köcheln lassen. Die Papaya sollte noch ihre herrlich orange Farbe behalten.

Beim Anrichten der Sauce kommen das frische Basilikum und die roten Zwiebeln, sowie die restlich verbliebenen festen Stücke Papaya unter die Sauce.

Die Zuckerschoten in kochendem Wasser kurz blanchieren. Nach zwei Minuten sofort herausnehmen und in Eiswasser abschrecken. Anschließend in einem Topf mit der Butter und Salz schwenken.

Für die Pommes Frites die Kartoffeln schälen, in breite Stücke schneiden und in Sonnenblumenöl in der Friteuse goldgelb ausbacken. Kurz vor dem Servieren in Meersalz schwenken.

Das Fleisch waschen, trocken tupfen, salzen, pfeffern und sehr kross in Olivenöl von jeder Seite anbraten. Anschließend mit dem Butteschmalz in den Ofen geben und dort zehn Minuten ruhen lassen.

Das Fleisch in Tranchen schneiden und mit den Zuckerschoten und den Pommes auf Tellern anrichten. Mit der Papayasauce garniert servieren.



„Pflaumenkotelett mit Brezenknödel und Selleriepüree“ von Christina Sternberg

Zutaten für zwei Personen

2 Scheiben	Kasslerkotelett, mit Knochen
100 g	Laugenstangen, ohne Salz
8	Burgunderpflaumen
4	Kartoffeln, festkochend
2	Eier
1 Knolle	Sellerie
1	Ingwer
1	Frühlingszwiebel
300 ml	Sahne
40 g	Mehl
40 g	Semmelbrösel, gerieben
1 EL	Butter
1 EL	Dijonsenf
2 EL	Butterschmalz
1 Zweig	Petersilie, glatt
1	Muskatnuss
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Koteletts waschen, trocken tupfen und die Knochen auslösen. Das Fleisch anschließend leicht klopfen und in jedes Kotelett eine Tasche einschneiden. Die Pflaumen zur Hälfte aufschneiden und jeweils vier Pflaumen in ein Kotelett geben und leicht pfeffern. Ein Ei trennen und das Eigelb mit dem Senf und 100 Millilitern Sahne verrühren. Die Koteletts zuerst in Mehl wenden, dann durch die Panade und ziehen und anschließend in den Semmelbrösel wenden. Abschließend im Butterschmalz auf beiden Seiten goldbraun braten.

Die Brezen in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. 50 Milliliter Sahne erwärmen, das restliche Ei dazu geben, gut vermengen und zu den Brezen geben. Die Frühlingszwiebel würfeln und in der Butter glasig anschwitzen. Die Petersilie hacken, dazu geben, wenden und zu der Brezenmasse geben. Alle Zutaten noch einmal gut vermengen und mit Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Masse jetzt auf ein Stück Frischhaltefolie geben, zusammenrollen und die überstehenden Enden zusammendrehen. Die Rolle in gleicher Weise in Alufolie verpacken, die Rolle in einen Topf mit siedendem Wasser geben und 20 Minuten garen lassen. Anschließend herausnehmen, kurz abkühlen lassen, ausrollen und in schräge Scheiben schneiden.

Die Kartoffeln, den Sellerie und den Ingwer schälen, in kleine Stücke schneiden und in 150 Milliliter Sahne bei mittlerer Hitze etwa 15 bis 20 Minuten garen. Anschließend abgießen, stampfen und mit ein wenig Sud zu einem Püree rühren und mit Salz abschmecken.

Alles auf Tellern anrichten und servieren.



„Piccata Milanese“ von Sasha Thaler

Zutaten für zwei Personen

2	Kalbschnitzel, à 150 g
200 g	Spaghetti
2	Eier
1	Zitrone, unbehandelt
1 Bund	Petersilie, glatt
100 g	Paniermehl
50 g	Butter
100 g	Mehl
200 g	Butterschmalz
2 g	Paprikapulver, edelsüß
125 ml	Sahne
250 ml	Olivenöl
100 ml	Knoblauchöl
3 g	Currypulver
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Kalbschnitzel waschen und trocken tupfen. Anschließend dünn klopfen und salzen und pfeffern. Die Eier mit Salz, dem Paprikapulver und Pfeffer aufschlagen. Das Mehl und das Paniermehl hinzufügen und das Ganze vermischen. Das Fleisch darin wenden und anschließend in heißem Olivenöl von beiden Seiten anbraten.

Die Spaghetti in Salzwasser „al dente“ kochen und kurz abtropfen lassen. Die Petersilie waschen und fein hacken. Die Spaghetti in dem Butterschmalz und in dem halben Bund Petersilie heiß wenden.

Aus dem Olivenöl, der Butter, dem Curry, Salz, Pfeffer und der Sahne eine Sauce anrühren und über die Spaghetti gießen.

Die Zitrone in Scheiben schneiden. Die Spaghetti auf Tellern anrichten und mit dem Knoblauchöl würzen. Je ein Kalbschnitzel darauf legen und mit einer Zitronenscheibe und der restlichen Petersilie garnieren.



„Rehfilet mit Cranberry-Pfeffer-Honig und Süßkartoffelpüree“ von Alexandra Fritsche

Zutaten für zwei Personen

2	Rehfilets, à 150 g
450 g	Süßkartoffeln
15 g	Cranberries, getrocknet
4	Wacholderbeeren
1	Ingwer
1	Orange, unbehandelt
1,5 EL	Senf, mittelscharf
75 g	Honig, flüssig
0,5 EL	Himbeeressig
2 EL	Sonnenblumenöl
2 Zweige	Thymian
1 Prise	Piment
	Salz
	Pfeffer, weiß, aus der Mühle

Zubereitung

Die Wacholderbeeren grob zerstoßen und mit Pfeffer und Salz mischen. Die Rehfilets waschen, trocken tupfen, mit der Masse bestreichen und in einer Pfanne in Öl von jeder Seite vier Minuten anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und fünf Minuten ruhen lassen.

Die Süßkartoffeln schälen, klein schneiden und 15 Minuten in Salzwasser gar kochen. Anschließend die Kartoffeln gut abtropfen lassen und fein zerstampfen.

Den Ingwer schälen und zehn Gramm davon klein hacken. Mit Salz und dem Piment vermischen und dem Kartoffelpüree beifügen. Etwas Orangenschale von der Orange entfernen und mit dem Honig, dem Senf, dem Himbeeressig, Salz und Pfeffer verrühren. Die Cranberries unterrühren.

Die Filets in Scheiben schneiden und mit der Honigsauce beträufeln.

Die Filetscheiben mit dem Kartoffelpüree und je einen Zweig Thymian dekoriert auf Tellern servieren.



„Gaisburger Marsch“ von Andreas Laub

Zutaten für zwei Personen

400 g	Kalbsfilet
500 ml	Kalbsfond
200 g	Kartoffeln, festkochend
100 g	Karotten
100 g	Tomaten
150 g	Weizenmehl
2	Eier
1	Staudensellerie
1 Bund	Schnittlauch
1	Muskatnuss
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Das Kalbsfilet waschen, trocken tupfen und in vier Zentimeter große Würfel schneiden. Anschließend in dem Kalbsfond bei kleiner Hitze ziehen lassen. Das Ganze mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Spätzleteig das Mehl, die Eier und eine Prise Salz zu einem glatten Teig rühren und einige Minuten quellen lassen. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen und den Spätzleteig ins sprudelnde Wasser schaben. Nach dem Aufkochen herausnehmen und warm stellen.

Die Kartoffeln, die Karotten und den Sellerie schälen und in Zentimeter große Würfel schneiden und mit einem Dämpfeinsatz über kochendem Wasser dämpfen. Die Tomaten würfeln und den Schnittlauch grob schneiden.

Das Gemüse und die Kartoffeln mittig von Suppenteller anrichten, die Spätzle und das Kalbsfilet dazugeben, mit Brühe übergießen und mit den Tomaten und dem Schnittlauch garniert servieren.