



| Die Küchenschlacht - Hauptgerichte vom 29. Juli 2009 |

„Rentier mit Kirsch-Pfeffer-Sauce, Spargel und Röstini“ von Eva-Maria Glawischnig

Zutaten für zwei Personen

400 g	Rentierfilet
10	Spargel, grün
7	Kartoffeln, festkochend
1	Paprika, rot
60 g	Schwarzkirschen, aus dem Glas
2	Eier
1	Muskatnuss
1	Zitrone, unbehandelt
1	Ingwer
3	Nelken
6	Wacholderbeeren
3 Zweige	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
3 Zehen	Knoblauch
2 EL	Tomatenmark
125 ml	Portwein
3 EL	Kirschlikör
6 EL	Butter
1 Bund	Suppengrün, klein (Karotte, Sellerie, Lauch)
50 ml	Rinderfond
50 ml	Gemüsefond
6 EL	Demi glace, Rind
	Olivenöl, zum Anbraten
	Zucker
	Salz
	Cayennepfeffer
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Pfeffer, grün, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Zwei Knoblauchzehen abziehen und andrücken. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und bei mittlerer Hitze mit den Knoblauchzehen und je einem Zweig Rosmarin und Thymian in einer Pfanne in drei Esslöffeln Olivenöl anbraten. Danach das Filet mit Salz und Pfeffer würzen und auf dem Gitter im Backofen etwa 15 Minuten weiter garen lassen. Abschließend herausnehmen und in einer Pfanne in zwei Esslöffeln Butter nappieren.

Etwas Schale der Zitrone abreiben. Die restliche Knoblauchzehe abziehen. Den restlichen Rosmarin zupfen. Den Ingwer schälen und ein wenig davon reiben. Den Bratenansatz mit dem Zucker karamellisieren und das Tomatenmark darin anbraten. Das Suppengrün säubern, sehr klein schneiden und dazugeben. Mit dem Kirschlikör und dem Portwein ablöschen und reduzieren. Anschließend mit der Demiglace und dem Rinderfond auffüllen. Die Wacholderbeeren, die Nelken, den Knoblauch, den Ingwer, die Rosmarinnadeln und etwas Zitronenabrieb hinzufügen und das Ganze köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sauce abschließend durch ein Sieb passieren und die Kirschen untermischen. Zwei Esslöffel Butter einrühren und mit dem grünen Pfeffer und Cayennepfeffer verfeinern.

Den Spargel schälen, in einer Pfanne mit der restlichen Butter und etwas Zucker schwenken und mit etwas Gemüsefond bissfest garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Paprika halbieren, entkernen und untermischen.

Die Eier trennen und das Eiweiß steif schlagen. Die Kartoffeln schälen und fein raspeln. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und etwas ziehen lassen. Die Flüssigkeit von den Kartoffeln gut ausdrücken und



mit dem Eiweiß vermischen. Daraus kleine Röstis formen und in in der Pfanne in Öl von beiden Seiten goldbraun anbraten.

Das Rentierfilet in Scheiben schneiden, mit den Röstini und dem Spargel mit der Kirsch-Pfeffer-Sauce auf Tellern anrichten und servieren.



„Gebratenes Zanderfilet mit Garnelen-Tomaten-Gröstl“ von Steffen Wellbrock

Zutaten für zwei Personen

2	Zanderfilets, à 160 g, mit Haut
4	Garnelen, mit Kopf und Schale
150 g	Speck, am Stück
8	Kirschtomaten
3	Limetten, unbehandelt
1	Zwiebel
1 EL	Mehl
1 EL	Soja-Lecithin
1	Zitrone, unbehandelt
1 Zweig	Rosmarin
0,5 Bund	Basilikum
1 cl	Limettenlikör
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Zitrone halbieren und auspressen. Die Zanderfilets waschen, trocken tupfen und auf der Hautseite einschneiden. Anschließend salzen, pfeffern, mit etwas Zitronensaft beträufeln und im Mehl wenden. In einer Pfanne mit Olivenöl auf der Hautseite zwei bis drei Minuten kross braten. Anschließend herausnehmen und im Backofen bei drei bis vier Minuten fertig garen.

Die Garnelen von Kopf und Schale befreien. Am Rücken entlang einritzen und entdarmen. Anschließend waschen und trocken tupfen.

Für das Gröstl die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Den Speck würfeln und die Kirschtomaten halbieren. In einer Pfanne mit Olivenöl die Zwiebeln, die Speckwürfel und die Garnelen goldbraun anbraten, danach die Kirschtomaten und den Rosmarinzweig dazu geben und noch einmal alles durchschwenken.

Für den Limettenschaum die Schale der Limetten abreiben und anschließend halbieren und auspressen. Ein paar Basilikumblätter zupfen und klein hacken. Anschließend den Limettensaft sowie den Abrieb mit dem Soja-Lecithin, dem Basilikum und dem Limettenlikör in einem Topf erwärmen und danach mit dem Pürierstab aufschäumen.

Die Zanderfilets aus dem Backofen nehmen, auf dem Gröstl anrichten und mit dem Limettenschaum servieren.



„Gefülltes Schweinefilet mit Kokosreis“ von Sasha Thaler

Zutaten für zwei Personen

500 g	Schweinefilet, 4 cm dick
1	Karotte
1	Zucchini
1	Zwiebel
100 g	Reis, rund
50 g	Butter
3 Stängel	Zitronengras
4 Zweige	Thymian
1 Bund	Basilikum
5	Gewürznelken
100 g	Pflaumenmus
1 Dose	Kokosmilch
20 ml	Olivenöl
125 ml	Weißwein
250 ml	Sahne
250 ml	Wasser
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen, in der Mitte teilen, jeweils in der Mitte der Länge nach ein Loch stechen und mit dem Pflaumenmus füllen. Danach kurz von allen Seiten in fünf Gramm Butter anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Zitronengras, den Thymian und das Basilikum dazugeben und unter geschlossenem Deckel bei mittlerer Hitze fünf Minuten garen lassen.

Den Reis kurz in zwei Esslöffeln Olivenöl anbraten und das Wasser hinzufügen. Die Zwiebel abziehen und mit den Gewürznelken spicken und zu dem Reis geben. Das Ganze bei mittlerer Hitze kochen lassen bis das Wasser verkocht ist. Danach die Zwiebel herausnehmen und die Kokosmilch hinzufügen und weiter kochen lassen, bis der Reis eine cremige Konsistenz erreicht hat.

Das restliche Olivenöl, zehn Gramm Butter, den Weißwein, Salz und Pfeffer erhitzen und einkochen lassen. Die Sahne hinzufügen und weiter reduzieren lassen, bis die Sauce die gewünschte Konsistenz hat.

Die Karotte und die Zucchini schälen, in Streifen schneiden und in der Pfanne in der restlichen Butter anbraten.

Mit dem Reis ein Bett in der Tellermitte bilden und das Schweinefilet darauf legen und mit der Sauce beträufeln. Die Karottenstreifen und die Zucchiniestreifen um den Reis legen. Mit Thymian und dem Basilikum garnieren.



„Rinderfilet mit Schokoladensauce und Tagliatelle“ von Alexandra Fritsche

Zutaten für zwei Personen

2	Rinderfilets, à 150 g
30 g	Speck, geräuchert, in Würfel
200 g	Tagliatelle
50 g	Karotten
40 g	Sellerie
1	Zwiebel
1 Zehe	Knoblauch
2 Zweige	Thymian
1	Lorbeerblatt
1 TL	Tomatenmark
30 g	Butter
0,5 TL	Wacholderbeeren
0,5 TL	Pfefferkörner
1 Msp.	Senf, mittelscharf
150 ml	Rotwein, trocken
250 ml	Wildfond
75 g	Zartbitterkuvertüre
	Sonnenblumenöl
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Tagliatelle in Salzwasser bissfest garen.

Die Rinderfilets waschen und trocken tupfen. Anschließend mit Pfeffer und Salz würzen und in Sonnenblumenöl von beiden Seiten anbraten.

Die Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebel abziehen und klein schneiden. Die Karotten und den Sellerie schälen und ebenfalls klein schneiden. Anschließend alles in die Pfanne geben und den Speck hinzufügen.

Das Tomatenmark in einer Pfanne eine Minute anrösten und mit 100 Milliliter Rotwein ablöschen. Die Flüssigkeit reduzieren lassen. Die Knoblauchzehe abziehen und klein schneiden. Anschließend die Knoblauchzehe, den restlichen Wein und den Wildfond in die Pfanne geben. Den Thymian, das Lorbeerblatt, die Pfefferkörner und die Wacholderbeeren klein mörsern und dazugeben. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und dem Senf würzen und zehn Minuten kochen lassen. Anschließend alles durch ein Sieb geben und nochmals reduzieren lassen. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Zartbitterkuvertüre in der Sauce nach Geschmack auflösen.

Die Rinderfilets mit der Tagliatelle und der Schokoladensauce auf Tellern garniert servieren.