

**| Die Küchenschlacht „ChampionsWeek“-Menü am 22. September 2015 |  
„Vorspeisen“ Alfons Schuhbeck**



**Vorspeise: „Dreierlei von der Auster mit lauwarmem Lauch-Apfel-Salat und geröstetem Schwarzbrot“ von Ellen Hunt**

**Zutaten für zwei Personen**

*Für die Austern:*

3	Austern in der Schale, geöffnet
50 g	Baconscheiben
20 g	Ingwer
1 Stange	Staudensellerie
1	Karotte
1	Limette
1 Stange	Zitronengras
20 g	Kapern, aus dem Glas
1	Knoblauchzehe
20 ml	pikanter Gemüse-und Fruchtsaft
100 ml	trockener Weißwein
100 ml	Hühnerfond
20 g	Butter
10 ml	Olivenöl
50 g	Panko

*Für den Salat:*

4 Stangen	Lauch, etwa 3 cm Durchmesser
4	Baby Pak Choy
2	Boskoop-Äpfel
1	Zitrone
50 g	Meerrettichwurzel
100 g	Crème fraîche
100 ml	Apfelsaft
	Pflanzenöl
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für das Brot:*

3 Scheiben	Schwarzbrot
50 g	Butter

## Zubereitung

Den Backofen auf 60 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Austern Ingwer schälen und klein schneiden. Sellerie von holzigen Fäden befreien und in kleine Würfel schneiden. Hühnerfond mit Zitronengras, Ingwer und Selleriewürfel erhitzen und etwa zehn Minuten ziehen lassen. Knoblauch abziehen und mit pikanten Gemüse-Fruchtsaft, Olivenöl und 50 Milliliter Weißwein etwa acht Minuten einköcheln. Butter schmelzen und das Panko darin goldbraun rösten. Bacon in der Pfanne auslassen, herausnehmen und klein schneiden. Kapern in etwas Öl rösten. Austern auslösen, Schalen waschen und im Backofen warm halten. Jeweils eine Auster für zwei Minuten im Hühnerfond-Sud, in der pikanten Gemüse-Fruchtsaft-Mischung und in der Bacon Pfanne leicht garen. Danach mit etwas Fond zurück in die Austerschalen geben. Die pikante Gemüse-Fruchtsaft-Variante mit Kapern garnieren und Bacon-Variante mit Pankobrösel garnieren. Zum warmhalten zurück in den Ofen bei circa 40 Grad stellen.

Für den Salat das untere Drittel des Lauchs waschen, trocken tupfen, in zwei Millimeter dicke Scheiben schneiden und mit etwas Öl in einer Pfanne anbraten. Äpfel waschen, entkernen und in etwa fünf mal fünf Millimeter große Würfel schneiden. Schale von der Zitrone abreiben, Zitrone halbieren, den Saft auspressen und beiseite stellen. Pak Choi waschen, trocken tupfen, vierteln, zum Lauch geben und vier Minuten bräunen. Mit dem Apfelsaft ablöschen und gewürfelten Äpfel hinzugeben. Das Ganze mit Pfeffer, Salz und Zitronenabrieb würzen.

Pflanzenöl in einem Topf erhitzen. Die oberen zwei Drittel des Lauchs längs in dünne Streifen schneiden und frittieren. Auf Küchentuch abtropfen lassen. Bratensatz vom Lauchgemüse mit Crème fraîche und Zitronensaft mischen. Dieses als Dressing über den Salat geben. Mit geriebenem Meerrettich würzen.

Brot von der Rinde befreien und in Butter auf einer Seite goldbraun in einer Pfanne rösten.

Austern in der Muschel mit dem lauwarmen Lauchsalat auf Tellern anrichten und mit frittiertem Lauchstroh und Schwarzbrot garniert servieren.



**Vorspeise: „Karotten-Ingwer-Suppe, Crostini mit Makrelencreme und gebratene Makrele mit Karottensalat“ von Niklas Zeiner**

**Zutaten für zwei Personen**

*Für die Suppe:*

6	mittlere Möhren
1	rote Pfefferschote
1	Zitrone
100 g	Ingwer
4	Schalotten
2	Knoblauchzehen
800 ml	Gemüsefond
200 ml	Sahne
100 g	Butter
2 Zweige	Koriander
1 EL	Apfelessig
1 EL	Zucker

*Für die Crostini:*

1/2	Baguette
2 EL	Olivenöl
2	Knoblauchzehen
	Salz, aus der Mühle

*Für die Makrelencreme:*

250 g	geräucherte Makrelenfilets
1 EL	Lachs-Kaviar
1	Zitrone
1	rote Pfefferschote
1	Ei
1 TL	Senf
200 g	Quark, 40 %
2	Lauchzwiebeln
1 Bund	Basilikum
1 Bund	Koriander
1 Schuss	Weißweinessig
200 ml	Rapsöl
	Zucker, zum Abschmecken

*Für die gebratene Makrele:*

1	Makrelenfilet, mit Haut, ohne Schuppen
1	Pfefferschote
1	Knoblauchzehe
1 EL	Butter
	Salz, aus der Mühle

*Für den Karottensalat:*

6	mittlere Karotten
1	Zitrone
1	rote Pfefferschote
100 g	Cranberries
100 g	gehobelte Mandeln
2 EL	dicker Balsamico
2 EL	Olivenöl
2 EL	Honig
1 Zweig	Koriander
2 EL	griechischer Joghurt
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Für die Suppe Schalotten, Knoblauch und Ingwer von der Schale befreien und zusammen mit der Pfefferschote fein schneiden. Karotten schälen und in kleine Stückchen schneiden. Das Ganze in Butter anbraten, mit Zucker karamellisieren und mit Essig und Fond ablöschen und einkochen lassen, bis das Gemüse weich ist. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Die Sahne dazugeben, alles durchmixen und mit Essig, Zitronensaft und Zucker abschmecken. Die Korianderblätter abzupfen.

Baguette in feine Scheiben schneiden und mit einer zerdrückten Knoblauchzehe in Olivenöl von beiden Seiten anbraten und mit Salz würzen.

Für die Makrelencreme zuerst aus dem Ei, Senf, Essig und Rapsöl eine Blitz-Mayonnaise herstellen. Geräucherte Makrele zerrupfen und mit Quark zu der Blitz-Mayonnaise geben. Lauchzwiebel von den äußeren Blättern befreien, mit Pfefferschote fein schneiden und untermischen. Kräuterblätter abzupfen und klein hacken. Zitronenschale abreiben. Das Ganze mit Salz, Pfeffer, Zitronenschale und Zucker abschmecken und Kräuter unterheben. Creme auf den Crostini geben und mit Lachskaviar garnieren.

Makrelenfilet waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Butter mit einer Knoblauchzehe und Pfefferschote erhitzen und Makrele darin anbraten.

Für den Karottensalat Karotten mit einer Reibe fein reiben und mit Salz und Pfeffer würzen und kräftig durchmischen. Das austretende Wasser ausdrücken und abgießen. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Korianderblätter abzupfen und klein hacken. Mandeln ohne Öl rösten und mit den Cranberries dazugeben. Honig, Balsamico, Öl und etwas Zitronensaft dazugeben und mit dem gehackten Koriander vollenden. Mit dem Joghurt servieren. Den gebratenen Fisch darüber geben.

Die Suppe auf Tellern anrichten und mit dem Crostini, der Makrelencreme, dem Karottensalat und dem gebratenen Makrelenfilet garniert servieren.



**Vorspeise: „Garnelen im Winterweizen-Tempura-Mantel mit Wodka-Mayonnaise, Rettich-Sprossen und Rucola“ von Katharina Brandt**

**Zutaten für zwei Personen**

*Für die Garnelen:*

2 Black Tiger Garnelen  
20 g Rettichsprossen  
½ Bund glatte Petersilie

*Für das Winterweizen-Tempura:*

150 ml eiskaltes Wasser  
100 g Winterweizen-Mehl (Typ 1050)  
300 ml Frittierfett  
1 TL Kurkuma  
Salz

*Für die Wodka-Mayonnaise:*

2 Eier  
1 TL Crème fraîche  
2 TL süßer Senf  
1 EL Wasabi-Paste  
1-2 EL Wodka  
200 ml Neutrales Pflanzenöl  
Piment d'Espelette, zum Würzen  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für die Rucola:*

50 g Rucola  
2 Cherrytomaten  
10 g Pinienkerne  
2 TL Naturjoghurt  
1 EL süßer Senf  
2 EL Weißweinessig  
3 EL Olivenöl  
1 TL Mangosirup  
½ TL Waldhonig  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Zubereitung**

Das Frittierfett erhitzen.

Für den Tempurateig Wasser mit dem Winterweizen-Mehl vermischen, bis ein glatter Teig entsteht. Mit Salz abschmecken und etwas Kurkuma untermischen. Petersilienblätter abzupfen und klein hacken.



Für die Wodka-Mayonnaise die Eier trennen und das Eigelb mit dem süßen Senf vermischen. Nun das Öl mit dem Senf-Eigelbgemisch vermischen. Das Öl dazu langsam in einem dünnen Strahl zum Eigelb gießen und mit einem Stabmixer gut verrühren. Crème fraîche unter die Masse rühren und mit Salz, Pfeffer und Wasabi abschmecken. Den Wodka untermischen.

Die Garnelen längs am Rücken aufschneiden, von Kopf und Schale befreien und entdarmen. Im Tempurateig wenden und im heißen Fett goldgelb ausbacken.

Die Salatblätter und die Tomaten waschen. Tomaten vierteln und mit Rucola vermengen. Weißweinessig, Senf, Olivenöl, Naturjoghurt, Mangosirup, Waldhonig, Pfeffer und Salz miteinander vermengen und über dem Salat nappieren. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten und über den Salat geben.

Die Garnelen mit Wodka-Mayonnaise, Piment d'Espelette, Rettich-Sprossen und Petersilie garnieren und mit Rucolasalat servieren.



**Vorspeise: „Fisch-Trilogie mit Avocado-Wasabi-Espuma“ von Clara Kramer**

**Zutaten für zwei Personen**

*Für die Avocado-Wasabi-Espuma:*

½	Avocado
½	Zitrone
150 ml	Gemüsefond
150 ml	Mineralwasser mit Sprudel
1 EL	Wasabipaste
4 EL	Sahnemeerrettich
1 EL	Xanthan, zum Andicken
	Kartoffelstärke, zum Abbinden
	Knoblauch-Salz, zum Abschmecken
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
	Salz, aus der Mühle

*Für das Räucherforellen-Mousse:*

100 g	geräuchertes Forellenfilet
1 TL	schwarzer Kaviar, feinkörnig, vom Heringsrogen
1	Zitrone
2	Pumpenickel-Taler
4 EL	Doppelrahm-Frischkäse
	Knoblauch-Salz, zum Abschmecken

*Für den geflämmtten Lachs:*

100 g	Lachsfilet ohne Haut, küchenfertig
1	Zitrone, davon den Abrieb
1 EL	weiße Sesamsaat, geschält
1 EL	schwarze Sesamsaat
2 EL	geröstetes Sesamöl
	Fleur de Sel, zum Abschmecken

*Für das Saiblings-Tatar:*

100 g	Saiblingsfilet ohne Haut, küchenfertig
¼	Salatgurke
1	Zitrone
1 EL	mildes Olivenöl
1 EL	weißer Balsamico-Essig
1 TL	getrocknete Dillspitzen
	Knoblauch-Salz, zum Abschmecken
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
	Salz, aus der Mühle

*Für die Garnitur:*

etwas	Erbsenkresse
etwas	Erbsen-Spargel
1 Halm	Schnittlauch
1 Zweig	Dill

## Zubereitung

Für die Espuma Xanthan und Kartoffelstärke mit dem Gemüsefond verrühren. Sahnemeerrettich, Wasabipaste und das Fruchtfleisch der halben Avocado hinzugeben und gut mixen. Zitrone auspressen. Masse mit Zitronensaft und Sprudelwasser zu einer glatten Flüssigkeit mixen. Mit Knoblauch-Salz, Salz und Pfeffer abschmecken. Flüssigkeit mit einer Kelle durch ein Haarsieb in die Espumafflasche füllen und kalt stellen.

Das Forellenfilet mit dem Frischkäse mixen. Mit Zitronenabrieb und Knoblauch-Salz abschmecken. Mousse bis zum Servieren kalt stellen.

Für den geflammten Lachs das Lachsfilet waschen, trockentupfen und in gleichmäßige Würfel schneiden. Würfel auf einem feuerfesten Teller mit dem Bunsenbrenner rundherum abflammen, bis sich die Oberfläche leicht bräunt. Sesamöl auf die geflammten Seiten streichen. Mit Zitronenabrieb und Fleur de Sel bestreuen. Zwei Seiten in weißem und schwarzem Sesam wälzen.

Für das Saiblings-Tatar Saiblingsfilet waschen, trocken tupfen und fein hacken. Gurke schälen, halbieren, das Innere klein hacken. Das feste Fruchtfleisch fein hacken. Zitrone auspressen und Schale abreiben. Gehacktes Fischfilet und Gurke mit Dillspitzen, Olivenöl, Balsamico-Essig und Zitronensaft vermengen. Mit Zitronenabrieb und Knoblauch-Salz abschmecken.

Pumpernickel-Taler in einer Pfanne anrösten. Abkühlen lassen und Räucherforellen-Mousse und Kaviar darauf geben. Gemeinsam mit Saiblings-Tatar und geflammtem Lachs anrichten. Espuma ansprühen. Mit Dill, Erbsenkresse, Erbs-Spargel und Schnittlauch garnieren und servieren.



## **Vorspeise: „Crespella mit Spinatfüllung und Schweinefilet“ von Dietmar Walter**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Crespella:*

150 g	Mehl
2	Eier
200 g	Milder Bergkäse
30 ml	Milch, 3,5 % Fett
30 ml	Mineralwasser
1 EL	Rapsöl
	Rapsöl, zum Anbraten
	Salz
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Spinatfüllung:*

80 g	Knochenschinken
500 g	frischer junger Spinat
1	Gemüsezwiebel
150 g	Ziegenfrischkäse
1 EL	Crème fraîche
80 g	Butter
½ EL	Mehl
150 ml	Weißwein
	FrISChe Muskatnuss, zum Reiben
	Scharfes Paprikapulver
	Salz
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für das Schweinefilet:*

500 g	Schweinefilet
2 EL	Rapsöl
	Salz
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Für das Schweinefilet das Fleisch waschen, trockentupfen und in zwei Stücke schneiden. Rapsöl erhitzen und Schweinefilet rundherum von jeder Seite scharf anbraten. Schweinefilet in eine kalte Pfanne legen und im Backofen bei 80 Grad für 20 Minuten fertig garen.

Für die Crespella Eier glatt rühren, eine Prise Salz, etwas Pfeffer und nach und nach Mehl, Rapsöl und Milch hinzugeben. Das Mineralwasser angießen und rühren, bis ein dickflüssiger Teig entsteht. Rapsöl erhitzen und mit einer Schöpfkelle Teig in die Pfanne geben. Den Teig zu einem drei bis vier Millimeter dicken Pfannkuchen ausbacken. Die Pfannkuchen beiseite stellen.



Für die Spinatfüllung den Schinken in dünne Streifen schneiden. Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. In einem halbhohen Topf etwas Rapsöl erhitzen. Schinken darin anschwitzen. Zwiebelwürfel zu dem Schinken geben und glasig dünsten. Spinat waschen, putzen und zu dem Schinken und den Zwiebeln in die Pfanne geben. Kurz mit dünsten lassen, bis der Spinat in sich zusammen fällt. In einer weiteren Pfanne Butter erhitzen und mit einem halben Esslöffel Mehl zusammen glatt rühren. Das Ganze mit Weißwein ablöschen und einmal aufkochen lassen. Ziegenfrischkäse dazu geben und schmelzen lassen. Crème fraîche unterrühren und mit Salz, frischer Muskatnuss, Paprikapulver und Pfeffer abschmecken. Die Sauce zur Spinat-Zwiebel-Schinken-Mischung geben und unterrühren. Die Spinat-Mischung auf den Pfannkuchen verteilen und einrollen, in eine Auflaufform geben und den Bergkäse darüber reiben.

Schweinefilet aus dem Backofen nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen, lose mit Alufolie umwickeln und ruhen lassen.

Crespella im Backofen auf 200 Grad Grillfunktion hellbraun gratinieren.

Die überbackenen Pfannkuchen aus dem Ofen nehmen, gemeinsam mit dem Schweinefilet auf Tellern anrichten und servieren.