

| Die Küchenschlacht - Menü am 17. August 2015 |

„Leibgerichte“ Mario Kotaska



Leibgericht: „Geschmelzte Maultaschen mit Kartoffelsalat“ von Dorothee Frey

Zutaten für zwei Personen

Für die Maultaschen:

100g Weizenmehl
25g Hartweizengries
3 Eier
2 EL Olivenöl
100g feines Bratwurstbrät
100g grobes Bauernbratwurstbrät
150g TK Spinat
1 Zwiebel
2 EL Butter
1 Knoblauchzehe
1 Muskatnuss
Chilipulver
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Schmelze:

1 große Zwiebel
50 g Butter
125 ml Rinderfond
2 EL Weißwein, trocken
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Kartoffelsalat:

250 g kleine Kartoffeln, festkochend
125 ml Rinderfond
1 TL Dijonsenf
1 EL weißer Balsamicoessig
2 EL Öl
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Für den Nudelteil ein Ei trennen. Das Weizenmehl, Hartweizengries, ein Ei, Eigelb und etwas Olivenöl zu einem Teig kneten, anschließend mit Klarsichtfolie umwickeln und zum Ruhen in den Kühlschrank geben.

Für den Kartoffelsalat die Kartoffeln in Salzwasser etwa 25 Minuten kochen.



Für die Maultaschenfüllung die Zwiebel und den Knoblauch abziehen, fein hacken und in Butter anschwitzen. Den Spinat dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Nach etwa fünf Minuten abgießen und in eine Schüssel geben. Das Bratwurst- und Bauernbratwurstbrät und ein Ei dazugeben, verrühren und mit Salz, Pfeffer und Chilipulver abschmecken.

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Den Nudelteig mit der Nudelmaschine flach ausrollen und dünn mit der Füllung bestreichen. Den Teig aufrollen und in fünf Zentimeter breite Stücke schneiden. Die Maultaschen im Topf kurz aufkochen lassen und anschließend beiseite stellen.

Für die Schmelze die Zwiebel abziehen, fein würfeln und in Butter anschwitzen. Das Ganze mit Fond und Weißwein aufgießen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die gekochten Kartoffeln schälen und mit dem Hobel in Scheiben schneiden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Senf, Fond, Balsamicoessig und Öl vermengen.

Die geschmelzten Maultaschen mit Kartoffelsalat auf Tellern anrichten und servieren.



Leibgericht: „Rinderfilet-Tranchen mit fruchtig-scharfem Bulgursalat und Joghurt-Dip“ von Tobias Hinkel

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

250 g Rinderfilet
2 Zweige Rosmarin
3 Zweige Thymian
1 Chilischote
1 Zehe Knoblauch
Olivenöl (extra nativ)
Meersalz (Fleur de Sel)
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den fruchtig, scharfen Bulgursalat:

300 g Bulgur
1 EL Butter
3 EL Tomatenmark
3 EL Paprikamark
6 Kirschtomaten
½ Salatgurke
1 Mango (reif)
1 Chilischote (rot)
1 Paprikaschote (rot)
1 Bund Frühlingszwiebel
1 Zitrone
1 Limette
100 g Schafskäse
1 Knolle Ingwer (1 cm)
1 Bund glatte Petersilie
2 TL Gemahlener Cumin, Kreuzkümmel
1 TL Harissa
3 EL Rapsöl
Zucker
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Paprikapulver

Für den Joghurdip:

1 Becher Naturjoghurt (3,5% Fett)
½ EL Zitronensaft
1 EL Sumachgewürz
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

Chilifäden



Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/ und Unterhitze vorheizen.

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen, den Bulgur aufkochen lassen und etwa zehn Minuten quellen lassen.

In der Zwischenzeit die Butter, das Paprikamark und das Tomatenmark sowie die Harissa und das Paprikapulver in einem kleinem Topf leicht anrösten. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Den Kreuzkümmel, den Zitronensaft und etwas Salz dazugeben.

Anschließend die Frühlingszwiebeln waschen und mit dem Grün in feine Rinde schneiden. Die Tomaten waschen, den Strunkansatz entfernen und würfeln. Die Salatgurke waschen, schälen und würfeln. Die Petersilie abbrausen und grob hacken. Von der Menge her sollte etwa so viel Gemüse wie Bulgur vorhanden sein.

Für die scharfe Mango die Schale der Limette abreiben. Die Limette halbieren und auspressen. Eine Frühlingszwiebel klein schneiden. Die Mango und den Ingwer schälen und würfeln. Die Paprika waschen, entkernen und klein würfeln. Die Chilischote längs aufschneiden, von den Scheidewänden und den Kernen befreien und klein schneiden. Die gewürfelte Mango, Ingwer, Paprika, und Chilischote mit Limettensaft, Limettenabrieb, einer Prise Zucker und Salz und Pfeffer würzen.

Das Rinderfilet waschen und trocken tupfen. Das Fleisch in dünne Tranchen schneiden, mit einer Prise Salz würzen und in einer sehr heißen Pfanne ohne Fett von beiden Seiten rösten. In der Zwischenzeit in einer weiteren Pfanne das Öl bei schwacher bis mittlerer Hitze mit dem Rosmarin, Thymian sowie einer angeritzten Chilischote und Knoblauchscheiben erwärmen. Das Fleisch aus der Grillpfanne nehmen, darin aromatisieren und gleichzeitig ruhen lassen.

Zum Schluss den Bulgur mit einer Gabel auflockern, in eine Schüssel füllen, das Rapsöl nur nach Bedarf dazugeben, umrühren und das Gemüse sowie die Gewürzmischung untermischen. Abschließend mit Zucker, Salz, Pfeffer abschmecken.

Den Schafskäse in kleine Würfel schneiden.

Für den Joghurt-Dip den Joghurt mit dem Zitronensaft verrühren und mit Salz, Pfeffer und dem Sumachgewürz abschmecken.

Die Filettranchen mit einer Prise Fleur de Sel und etwas frisch gemahlen Pfeffer auf dem Teller anrichten. Daneben zunächst den Bulgursalat, dann den Schafskäse und anschließend die Mango mithilfe eines Servierringes aufeinanderschichten. Mit ein paar Klecksen Joghurtdip und den Chilifäden garnieren und servieren.



Leibgericht: „Schweinefilet im Speckmantel mit Möhrenknödel und Blattsalat“ von Jana Gebhardt

Zutaten für zwei Personen

Für das Schweinefilet im Speckmantel:

| | |
|----------|----------------------------------|
| 2 | Schweinefilets, à 200 g |
| 100 g | durchwachsener Speck |
| 2 | weiße Zwiebeln |
| 1 EL | Butter |
| 200 ml | trockener Weißwein |
| 5 Zweige | Thymian |
| 4 | Lorbeerblätter |
| 2 EL | Olivenöl |
| | Salz, aus der Mühle |
| | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Für den Möhrenknödel:

| | |
|-----------|----------------------------------|
| 2 | altbackene Brötchen |
| 1 | rote Zwiebel, klein |
| 1 | Karotte |
| 125 ml | Milch |
| 1 | Ei |
| 2 l | Gemüsefond |
| 10 Zweige | glatte Petersilie |
| | Semmelbrösel, zum Binden |
| | Salz, aus der Mühle |
| | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Für den Blattsalat:

| | |
|--------|---------------------------------------|
| 100 g | Blattsalat (Lollo, Rucola, Kopfsalat) |
| 1 EL | Apfelessig |
| 1 EL | Sonnenblumenöl |
| 1 Bund | Schnittlauch |
| | Salz, aus der Mühle |
| | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Für die Garnitur:

| | |
|----|---------------|
| 10 | Gänseblümchen |
|----|---------------|

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. In einem Topf den Gemüsefond zum Kochen bringen. In einem weiteren, kleinen Topf die Milch erhitzen.

Für den Blattsalat diesen waschen sowie schleudern und den Schnittlauch klein schneiden. Den Blattsalat mit dem Apfelessig sowie dem Sonnenblumenöl beträufeln, salzen und pfeffern.



Die altbackenen Brötchen in Scheiben schneiden und in einer Schüssel mit der heißen Milch übergießen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend das Ei unterrühren und zu einer feinen Masse verarbeiten. Gegebenenfalls mit Semmelbröseln binden.

Die rote Zwiebel abziehen, die Karotte schälen und beides grob zerteilen. Die Petersilie hacken und in einer Pfanne mit der geschmolzenen Butter anbraten. Anschließend die Karotte und die Zwiebel hinzufügen, andünsten, unter die Brötchenmasse mischen und zu Knödeln formen. Diese im kochenden Gemüsefond für 15 Minuten garen lassen, mit einer Schaumkelle herausnehmen und abtropfen lassen.

Für das Schweinefilet die Blätter des Thymians fein hacken und auf die gesalzenen sowie gepfefferten Schweinefilets streuen. Anschließend mit dem Speck umwickeln, mit Zahnstochern fixieren und in einer Pfanne mit Olivenöl bei hoher Hitze kräftig anbraten. Aus der Pfanne nehmen, auf ein Blech legen und 15 Minuten fertig garen. Abschließen in Alufolie wickeln und ruhen lassen.

Das Bratfett in der Pfanne mit dem Weißwein ablöschen, die Lorbeerblätter sowie den Thymian hinzufügen, aufkochen, sieben und erneut köcheln lassen.

Die weißen Zwiebeln abziehen, in dünne Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit der geschmolzenen Butter andünsten. Anschließend die fertig gegarten Knödel dazugeben und darin anrösten.

Das Schweinefilet mit den Karottenknödel und dem Blattsalat auf Tellern anrichten, mit den Gänseblümchen garnieren und servieren.



Leibgericht: „Hähnchenbrust mit Spätzle und Currysahne“ von Dietmar Walter

Zutaten für zwei Personen

Für die Hähnchenbrust:

2 Hähnchenbrustfilets à 200 g
½ TL scharfes Paprikapulver
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Currysahne:

100 g Ananas, frisch
500 ml Geflügelfond
200 ml Sahne
50 g Butter
25 g Kartoffelstärke
5 g Zucker
1 EL Currypulver
1 Chilischote, klein
250 ml Ananassaft
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Spätzle:

100 g Mehl
2 Eier
20 ml Milch
4 g Salz
2 EL Butter

Zubereitung

Den Backofen auf 60 Grad Umluft vorheizen.

Die Hähnchenbrust waschen und trocken tupfen. Mit Salz, Pfeffer und dem Paprikapulver würzen. Olivenöl in eine Pfanne geben und erhitzen. Die Hähnchenbrust hineingeben und von allen Seiten scharf anbraten. Anschließend in den Backofen geben.

Für die Spätzle die Eier aufschlagen und mit der Milch und dem Salz zusammengeben. Das Mehl durch ein Sieb hinzugeben und die Masse so lange schlagen bis sie Blasen wirft. Anschließend zur Seite stellen und ruhen lassen.

Für die Currysahne die Butter in eine Pfanne geben und schmelzen lassen. Das Kartoffelmehl hinzugeben und stark rühren, damit keine Klümpchen entstehen. Mit dem Geflügelfond und Ananassaft ablöschen und die Sahne und das Currypulver hinzufügen. Die Chilischote halbieren, entkernen und in Scheiben schneiden. Die Sauce mit dem Zucker, Salz, Pfeffer und der Chili abschmecken. Die Ananas vom Grün und der Schale befreien und in kleine Würfel schneiden. In



die Sauce geben und etwas ziehen lassen. Anschließend erneut mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken.

Wasser in einen Topf geben, salzen und zum Kochen bringen. Den Spätzleteig durch ein Spätzlesieb in das Wasser geben und zwei Minuten kochen lassen. Mit einem Sieb aus dem Wasser holen und abtropfen lassen. Butter in eine Pfanne geben und schmelzen lassen. Die Spätzle hineingeben, schwenken und mit Salz abschmecken.

Die Hähnchenbrust in Currysahne mit Spätzle auf Tellern anrichten und servieren.



Leibgericht: „Rotes Thai-Curry mit Basmatireis“ von Romina Brockmeier

Zutaten für zwei Personen

Für das rote Thai-Curry mit Basmatireis:

| | |
|--------|-----------------------|
| 125 g | Basmatireis |
| 75 g | Zwiebeln |
| 75 g | Karotten |
| 75 g | Knollensellerie |
| ½ Zehe | Asia-Knoblauch |
| 3 | Kaffirlimettenblätter |
| 1 EL | Rapskernöl |
| ½ EL | Tomatenmark |
| 1 EL | rote Currypaste |
| 75 g | rote Paprika |
| 75 g | Zucchini |
| 100 ml | Gemüsefond |
| 300 ml | Kokosmilch |
| 3 EL | süße Sojasauce |
| 1 EL | Sesamöl, geröstet |
| 25 g | Sojasprossen |
| ½ Bund | Thai-Basilikum |
| 2 EL | Zucker |
| | Chilipulver |
| | Salz, aus der Mühle |

Zubereitung

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Die Zwiebeln abziehen und mit Karotten und Sellerie waschen und in dünne Streifen schneiden.

Den Knoblauch abziehen, klein hacken und mit Kaffirlimettenblättern in Rapskernöl anschwitzen. Anschließend das Tomatenmark und die Currypaste dazugeben und das Ganze etwa sieben Minuten leicht rösten.

Den Reis im Salzwasser garen.

Die Blätter des Thai-Basilikums abzupfen, waschen und fein hacken.

Die Paprika und die Zucchini waschen, entkernen, in feine Streifen schneiden und in die Currypfanne geben. Mit Gemüsefond und Kokosmilch ablöschen, einkochen lassen und mit Sojasauce, Sesamöl, Salz und Chilipulver abschmecken. Anschließend noch das Sesamöl und den Zucker dazu geben. Zwei Minuten vor dem Anrichten noch die Sojasprossen und Thai-Basilikum hinzugeben und mit köcheln lassen.

Das Rote Thai-Curry mit Basmatireis auf Tellern anrichten und servieren.



Leibgericht: „Lachs mit Thymiankruste, Pinienkern-Frühlingszwiebel-Risotto und Basilikumpesto“ von Christian Krüger

Zutaten für zwei Personen

Für den Lachs mit Thymiankruste:

2 Lachsfilets, ohne Haut
2 Scheiben Weißbrot
50 g Butter
3 Zweige Thymian
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Risotto:

100 g Risottoreis
½ Schalotte
50 ml Weißwein, trocken
400 ml Geflügelfond
50 g Parmesan
50 g kalte Butter
3 Frühlingszwiebeln
25 g Pinienkerne
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Basilikumpesto:

½ Bund Basilikum
½ Knoblauchzehe
25 g Pinienkerne
20 g Parmesan
50 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

Erbsensprossen

Zubereitung

Den Backofen auf höchster Grillstufe vorheizen.

Für den Risotto die Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen, in feine Ringe schneiden, in kochendem Salzwasser etwa zwei Minuten blanchieren und anschließend kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldgelb rösten. Den Parmesan fein reiben.

20 Gramm Butter in einem Topf erhitzen und die Schalottenwürfel glasig dünsten. Den Risottoreis zugeben und mit anschwitzen. Das Ganze kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und mit Weißwein



ablöschen. Nach und nach Geflügelfond angießen und unter Rühren verkochen lassen, bis der Risotto gar ist. Den geriebenen Parmesan, die restliche Butter, Pinienkerne und Frühlingszwiebeln unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Thymiankruste die Butter mit einem Mixer in einer Schüssel schaumig rühren. Das Weißbrot entrinden und mit der Moulinette zerkleinern. Die Thymianblätter von den Stielen zupfen und mit der Butter, dem Weißbrot, Salz und Pfeffer zu einer glatten Masse verrühren. Die Thymianbutter in einen Gefrierbeutel füllen, einen halben Zentimeter dünn ausrollen und im Gefrierfach erkalten lassen.

Den Lachs mit Salz und Pfeffer würzen und mit Olivenöl in einer Pfanne kurz anbraten. Anschließend auf ein mit Alufolie ausgelegtes Backblech legen. Die Thymianbutter in zwei lachsgröße Stücke schneiden, auf den Lachs geben und im Backofengrill für etwa fünf Minuten überbacken.

Für das Basilikumpesto die Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne goldgelb rösten und den Parmesan fein reiben. Den Knoblauch abziehen und kleinhacken. Die Basilikumblätter waschen, kleinhacken und mit Knoblauch, Pinienkernen, Parmesan und Olivenöl zu einer feinen Paste pürieren. Abschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Lachs mit Thymiankruste, Pinienkern-Frühlingszwiebel-Risotto und Basilikumpesto mit Erbsensprossen garniert auf Tellern anrichten und servieren.