

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 11. Mai 2023 ▪  
Tagesmotto „Mamas Küche“ mit Björn Freitag



Sabine Plasberg-Keidel

**Schweinemedallions mit Rahmschwammerl und Kartoffelplätzchen**

Zutaten für zwei Personen

**Für das Fleisch:**

4 Schweinemedallions, à 125 g  
Butterschmalz, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Schweinefilets in Medallions schneiden, salzen und pfeffern und in der Pfanne in Butterschmalz scharf anbraten. Im vorgeheizten Backofen garziehen lassen.

**Für die Schwammerl:**

300 g Champignons  
1 EL getrocknete Steinpilze  
½ Schalotte  
1 Knoblauchzehe  
1 Zitrone, davon Schale  
10 g kalte Butter  
75 g Sahne  
300 ml Gemüsefond  
1 kleines Lorbeerblatt  
4 Stängel glatte Petersilie  
1 TL Speisestärke  
1 Prise gemahlener Kümmel  
1 Prise Chilipulver  
Olivenöl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und in kleine Würfel schneiden. Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig andünsten. Fond dazu gießen, das Lorbeerblatt hinzufügen und die Zwiebel weich garen. Die getrockneten Steinpilze dazugeben, den Topf vom Herd nehmen und die Sauce ziehen lassen.

Lorbeerblatt entfernen. Sahne dazugeben, die Sauce mit dem Stabmixer aufschäumen und durch ein Sieb in einen Topf streichen. Sauce erneut zum Köcheln bringen. Speisestärke dazu geben und weiter sanft köcheln lassen. Butter untermixen. Knoblauch schälen, halbieren und mit der Zitronenschale in die Sauce geben, einige Minuten ziehen lassen, beides wieder entfernen. Mit Salz, Pfeffer, Kümmel und Chilipulver würzen.

Champignons putzen, trocken abreiben und klein schneiden. 1 EL Petersilie hacken. Öl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze heiß werden lassen und die Pilze portionsweise darin braten. Wenden, mit Salz und Pfeffer würzen und die Petersilie hinzufügen. Die gebratenen Pilze in die Sauce geben.

**Für die Kartoffeln:**

5 mittelgroße mehligkochende  
Kartoffeln  
1 Ei  
4 Stängel glatte Petersilie  
1 EL Speisestärke  
Butterschmalz, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden, in Salzwasser garen. Grob stampfen, das Ei und Speisestärke unterheben, pfeffern und salzen. Petersilie hacken und 2 EL dazugeben. Aus dem Kartoffelteig kleine Plätzchen formen. In einer Pfanne mit Butterschmalz goldbraun braten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Tarkan „Benni“ Özgöz

## Mantí mit Paprika-Joghurtsauce

Zutaten für zwei Personen

### Für den Teig:

1 Ei  
400 g Mehl + Mehl zum Ausrollen  
½ EL Salz

Das Mehl, ca. 150 ml Wasser, Ei und Salz in einer Küchenmaschine oder von Hand zu einem recht festen Nudelteig kneten. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche so dünn wie möglich ausrollen oder eine Nudelmaschine benutzen.

### Für die Füllung:

300 g Hackfleisch  
1 Zwiebel  
1 große Knoblauchzehe  
½ Bund glatte Petersilie  
1 TL Paprikapulver  
1 EL Olivenöl  
1 TL Salz  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Hackfleisch und Olivenöl in eine Schüssel geben. Knoblauch und Zwiebel abziehen und fein raspeln. Petersilie ganz fein hacken. Zwiebel, Knoblauch und Petersilie mit Paprikapulver, Salz und etwas Pfeffer in die Schüssel geben und gut vermengen.

### Fertigstellung:

Salz, aus der Mühle

Teig mit einem Pizzaschneider oder Messer in 3 cm große Quadrate schneiden. Auf jedes Quadrat ¼ TL der Hackfleisch-Füllung geben. Mantí verschließen. Einen sehr hohen Topf nehmen und zu 70% mit Wasser befüllen. Das Wasser aufkochen lassen. Dann 1 EL Salz hineingeben. Wenn das Wasser richtig kocht, die Mantí hineingeben und für maximal 5 Minuten kochen lassen. Immer wieder umrühren. Die Mantí sind fertig, wenn sie oben schwimmen.

### Für die Saucen:

250 g Joghurt, 10% Fett  
1 Knoblauchzehe  
200 g Butter  
2 EL edelsüßes Paprikapulver  
1 TL Paprikaflocken  
Salz, aus der Mühle

Joghurt in eine Schüssel geben, Knoblauch abziehen und fein hineinreiben. Etwas salzen und alles gut vermischen.

Butter in einer Pfanne schmelzen. Paprikapulver, Paprikaflocken und ½ TL Salz in die Butter rühren bis es schön schaumig ist.

### Für die Garnitur:

3 Minze-Blätter

Minze hacken und über das Gericht streuen.

Joghurt über die Mantí geben und die rote Paprikasauce darüber gießen. Mit Minze garniert servieren.



Saskia Wangler

## Maultaschen mit Apfel-Leber-Füllung und Zwiebel-Speck-Topping

Zutaten für zwei Personen

### Für die Brühe:

1 Stange Lauch  
1 Karotte  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchknolle  
300 ml Rinderfond  
3 Zweige Majoran  
Salz, aus der Mühle

Den Lauch, Karotte, Zwiebel und Knoblauch schälen bzw. abziehen, grob schneiden, in einen beschichteten Topf geben und kurz ohne Öl dünsten. Mit Rinderfond ablöschen, etwas Wasser dazugeben und Majoran sowie eine ordentliche Prise Salz. Kochen lassen.

### Für den Teig:

3 Eier, Gr. M  
300 g Mehl  
1 EL Sonnenblumenöl  
1 TL feines Salz

Mehl, Salz, Eier und Öl von einer Küchenmaschine 3-4 Minuten kneten lassen. Dann den Teig kurz ruhen lassen.

### Für die Füllung:

100 g Schweineleber  
100 g Schweinehackfleisch  
75 g magere Schinkenwürfel  
1 trockenes Brötchen  
1 Apfel  
1 rote Zwiebel  
200-300 ml Sahne, 7% Fett  
½ Bund Majoran  
4 Zweige Thymian  
Paniermehl, zum Abbinden  
Butterschmalz, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Brötchen grob hacken und mit fettarmer Sahne aufweichen.

Apfel entkernen und klein würfeln. Zwiebel abziehen, würfeln und in Butterschmalz anbraten, Schinkenwürfel dazugeben und kurze Zeit später Apfelwürfel.

Leber, Schweinehackfleisch, die gebratenen Zutaten sowie etwa 100 g des Brötchen-Sahne-Gemischs durch den Fleischwolf (Handwolf) geben. Mit etwas Thymian und Majoran sowie Pfeffer und Salz abschmecken. Die Füllung mit Paniermehl abbinden.

### Für die Fertigstellung:

Den Teig mithilfe einer Küchenmaschine stufenweise dünner ausrollen. Einen Teigstreifen mit einem kleinen „Füllungsklumpen“ belegen und 1,5 Mal umklappen. Mit einem Mehl-Wassergemisch die Teigenden verkleben und dem Kochlöffelstiel festdrücken. In die kochende Brühe geben, etwas runter schalten und zehn Minuten köcheln lassen.

### Für das Topping:

4 dünne Bacon-Streifen  
1 Apfel  
1 große Zwiebel  
1 Frühlingszwiebel  
1 Zweig Majoran  
1 Prise Zucker  
Butterschmalz, zum Anbraten

Apfel entkernen und klein würfeln. Zwiebel abziehen und in Scheiben schneiden. Butterschmalz erhitzen und Zwiebelscheiben hinzufügen. Sobald diese glasig sind den Bacon dazugeben und zum Schluss die Apfelwürfel und Majoran. Kurz vor Ende mit einer Prise Zucker karamellisieren. Frühlingszwiebel in Ringe schneiden und drüber streuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 11. Mai 2023 ▪  
Zusatzgericht von Björn Freitag



### Dorade mit Orangenbutter und Chicorée

Zutaten für zwei Personen

**Für das Gericht:**

2 Doradenfilets, à 200 g, mit Haut  
4 Orangen, davon Abrieb & Saft  
2 Chicorée  
2 Zweige Dill  
3 EL Butter  
1 EL Mehl  
1 EL Rapsöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Filets entgräten, mit Salz und Pfeffer würzen, die Hauteite schräg einritzen und mit Mehl bestäuben. In einer Pfanne mit Rapsöl kross auf der Hautseite braten. Nach etwa 3 Minuten wenden und 1 EL Butter in die Pfanne geben.

Orangen halbieren, auspressen und Orangensaft in einem Topf einkochen und abschließend mit restlicher Butter abbinden. Nach Geschmack können noch die Orangenzesten zugegeben werden.

Chicorée vom Strunk befreien, Blätter abziehen und in einen Topf mit etwas Wasser und geschlossenem Deckel dämpfen.



Laut WWF ist die **Dorade**, auch Goldbrasse genannt, aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand April 2023):

- 1. Wahl: BIO oder ASC (Aquakultur)
- 2. Wahl: Global GAP (Aquakultur)
- 2. Wahl: Mittelmeer FAO 37 (Aquakultur: Netzkäfiganlagen)
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Biskaya (VIIIa), Portugiesische Küste (IXa); Mittelmeer FAO 37 (Handleinen, Angelleinen, Fallen)

Chicorée auf Teller anrichten. Fisch drauf legen und mit Orangenbutter und Dill garniert servieren.