

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 22. August 2023** ▪
ChampionsWeek ▪ **"Am Spieß" mit Robin Pietsch**



Karsten Leerhoff

**Arrosticini mit Tramezzini caprese auf essbaren Spießen
mit Rucola-Pesto**

Zutaten für zwei Personen

Für die Arrosticini:

600 g Lammlachse
4 Knoblauchzehen
1 Zitrone, davon Saft
1 eingelegte Salzzitrone
1 kleine milde Chilischote
2 EL Tomatenmark
1 Bund Rosmarin
1 TL getrockneter Oregano
1 TL getrockneter Thymian
1 EL Sumach
1 TL Piment d'Espelette
1 TL edelsüßes Paprikapulver
2 EL Olivenöl
Neutrales Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Fleisch in feine Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und andrücken. Chilischote kleinhacken. Fleisch mit Tomatenmark, Knoblauch, Olivenöl, Rosmarin und allen Gewürzen vermengen und etwa 20 Minuten marinieren lassen.

Fleisch auf Spieße aufreihen. Grillpfanne vorheizen.

Saft der Zitrone und Schale von einer Salzzitrone würfeln und an die Spieße geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fleisch-Spieße in der heißen Grillpfanne mit Öl von allen Seiten grillen.

Für das Tramezzini caprese:

2 große Tramezzini
6 dünne Grissini all'olio di oliva
3 süße Tomaten
1 Zitrone
2 Knoblauchzehen
2 Eier
100 g Kräuterfrischkäse
1 Kugel Mozzarella
150 g Parmesan
100 g Butter
1 Bund Basilikum
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Tramezzini mit der Teigrolle ausrollen. Knoblauch abziehen und feinschneiden. Parmesan reiben. Frischkäse mit Knoblauch und Parmesan mischen und die Tramezzini damit bestreichen und Zitronenzeste draufstreuen. Tomaten, Basilikum und Mozzarella klein schneiden und in die Tramezzini geben und einrollen. Ränder mit verquirltem Eigelb bestreichen.

Tramezzini in einer Pfanne mit Butter ausbacken.

Fertige Tramezzini mit zwei Grissini durchstechen, mit Salz und Pfeffer würzen und servieren.

Für das Pesto: Knoblauch abziehen. Rucola, Pinienkerne und Parmesan mit dem Knoblauch und dem Öl zu einem Pesto mixen.
2 Bund Rucola
2 Knoblauchzehen
100 g Pinienkerne
150 g Parmesan
2 cl Tomatenessig
150 ml Pflanzenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Mit Salz, Pfeffer und Tomatenessig abschmecken und servieren.

Für die Garnitur: Apfel mit einem Kugelausstecher ausstechen und in der Pfanne mit Zucker karamellisieren. Schnittlauch in Röllchen schneiden. Alles mit Kräutern und Salz garnieren.
1 Granny Smith Apfel
1 Bund Schnittlauch
Shisokresse-Mix
Knoblauchkresse
1 EL Zucker
Salzflocken, zum Würzen

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Sindy Braun

Rinderfilet am Spieß mit Trauben-Schalotten, Kartoffelgratin, dunkler Sauce und Tomaten-Zucchini-Ragout

Zutaten für zwei Personen

Für den Spieß:

300 g Rinderfilet, ca. 3,5 cm dick
Sonnenblumenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 190 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Filet in ca. 4 cm große Stücke schneiden, salzen und mit Öl einreiben. Ein Fleischthermometer in einem Stück platzieren und eine Kerntemperatur von ca. 52 Grad erreichen lassen. Dazu bei starker Hitze von beiden Seiten ca. 1,5 Minuten in Öl anbraten. Am Ende mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Trauben-Schalotten:

3 Schalotten
ca. 150 ml dunklen Traubensaft

Schalotten abziehen und halbieren. Im Traubensaft garen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Schalotten und Filetstücke abwechselnd am Spieß platzieren und beiseitestellen.

Für das Kartoffelgratin:

ca. 200 g mittelgroße, festkochende
Kartoffeln
1 Knoblauchzehe
50 g Appenzeller Käse
50 g Gouda Käse
200 ml Sahne
½ Bund Rosmarin
½ Bund Thymian
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben, ca. 2 mm dick, hobeln. Sahne und Gewürze in einem Topf erwärmen und ca. 3 Minuten ziehen lassen. Kräuter hacken und dazugeben. Kartoffelscheiben in einem Gefäß zu einer Rose schichten und den Sahnesud über ein Sieb über die Kartoffeln gießen. Käse reiben, darüber streuen und bei ca. 190 Grad Ober-/Unterhitze 25 Minuten überbacken.

Für die dunkle Sauce:

1 Karotte
1 Stange Sellerie
10 cm Porree
1 Zwiebel
2 EL trockener Rotwein
400 ml Rinderfond
1 EL Zuckerrübensirup
1 EL Speisestärke
Pflanzenöl, zum Braten

Karotte, Sellerie und Zwiebel schälen, kleinschneiden und mit etwas Pflanzenöl kross anbraten. Zum Schluss den Porree kurz mitbraten. Mit Rotwein ablöschen. Nach ca. 2 Minuten den Rinderfond dazugeben und mit Speisestärke anrühren. Zuckerrübensirup dazugeben. Ca. 20 Minuten köcheln lassen. Über ein Sieb abgießen und zur gewünschten Sämigkeit abbinden lassen.

Für das Gemüse:

1 gelbe Paprika
1 rote Paprika
1 kleine Zucchini
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
1 EL Tomatenmark
2 EL Tomatensaft
1 TL getrockneter Oregano

Zucchini und Paprika schälen und fein würfeln. Schalotte und Knoblauch abziehen, kleinschneiden und in Olivenöl anschwitzen. Paprika und Zucchini zugeben. Mit Tomatenmark und Saft ablöschen. Ca. 10 Minuten köcheln lassen, mit Oregano, Agavendicksaft, Misopaste, Salz und Pfeffer abschmecken.

1 EL Agavendicksaft
1 EL Misopaste
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit einem Zweig Rosmarin garnieren und servieren.



Katja Zimny

Am Spieß gegrillte Makrele mit frittierter Kartoffelspirale, Remoulade und Gurkensalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Makrelen:

- 2 ganze, ausgenommene Makrelen
- ¼ Bund Thymian
- ¼ Bund Oregano
- ¼ Bund Petersilie
- 100 ml Sonnenblumenöl
- 1 Zitrone, Saft
- 1 TL Fenchelsamen
- 1 Prise mittelscharfes Chilipulver
- ½ TL Salz
- ½ TL Pfeffer aus der Mühle

Die ausgenommenen Fische gut waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen.

Kräuter waschen, trocken schütteln und fein hacken. Anschließend das Öl mit den Kräutern und dem Zitronensaft vermischen und mit Chili, Fenchelsamen, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Makrele innen und außen mit der Marinade einreiben, den Stab durch den Mund an der Wirbelsäule entlang in den Schwanz stecken und über den Grill stellen. Grillen, bis eine Kerntemperatur von 50 Grad erreicht ist.

Für die Spiralkartoffeln:

- 2 mittelgroße festkochende Kartoffeln
- 2 Zweige Rosmarin
- 1 TL edelsüßes Paprikapulver
- Öl, zum Frittieren
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, mit dem Spiralschneider in Spiralen schneiden und auf einen Holzspieß spießen. Rosmarin feinhacken.

In einer 170 Grad heißen Fritteuse für ca. 5 Minuten frittieren, bis die Kartoffeln knusprig sind, auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Paprika, Rosmarin, Salz und Pfeffer würzen.

Für die Remoulade:

- 1 Sardellenfilet
- 1 Essiggurke
- 1 EL Kapern
- 1 Schalotte
- 1 Zitrone, davon Saft
- 2 Eier
- 75 g Crème fraîche
- 1 TL Dijonsenf
- ½ Bund Schnittlauch
- 1 Zweig Blattpetersilie
- 100 ml Sonnenblumenöl
- Cayennepfeffer, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Eier, Senf, eine Prise Salz, Pfeffer und ein paar Spritzer Zitronensaft in einen hohen Rührbecher geben. Mit dem Mixer mixen, langsam das Öl dazugeben.

Schalotte abziehen und sehr fein würfeln. Ein Ei hart kochen und pellen. Ei und Essiggurke in kleine Würfel schneiden. Petersilie, Kapern und Sardelle fein hacken. Schnittlauch in feine Ringe schneiden, alle klein geschnittenen Zutaten und die Crème fraîche zur Mayonnaise geben und verrühren. Mit den Gewürzen abschmecken.

Für den Gurkensalat:

- 1 Salatgurke
- ½ Bund Dill
- ½ TL Dijonsenf
- 2 EL Weißweinessig
- 4 EL Sonnenblumenöl
- 1 TL Zucker
- Salz, aus der Mühle

Gurke schälen, in sehr feine Scheiben hobeln, salzen und ziehen lassen. Das ausgetretene Wasser abgießen und die Gurkenscheiben vorsichtig etwas ausdrücken.

Aus den übrigen Zutaten eine Vinaigrette zubereiten, abschmecken und mit den Gurken vermischen.

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit einer Scheibe Zitrone garnieren und servieren.



Die **Makrele** ist aus dem Fanggebiet im Nordostatlantik FAO 27 mit Handleinen und Angelleinen und aus dem Mittleren Ostatlantik FAO 34 zu empfehlen. (*Stand August 2023*)



Anu Jauhan

Geräucherter Kebab & Aubergine am Spieß mit Auberginen-Püree, Stockbrot und Erbsen-Minz-Dip

Zutaten für zwei Personen

Für den Kebab:

200 g Rinderhackfleisch
2 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
5 EL geriebener Gouda
½ Bund Minze
½ Bund Koriander
Ghee, zum Räuchern
Nelken, zum Räuchern
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Räucherspäne, zum Räuchern

Den Ofen auf 230 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Hälfte des Hackfleisches in den Kühlschrank geben. Zwiebeln und Knoblauch abziehen. Hackfleisch mit Zwiebeln, Knoblauch, Minze, Korianderstängel, Salz, Gouda und Pfeffer in den Mixer geben und anschließend in einem Räuchertopf mit Räucherspäne, Ghee und Nelken räuchern.

Geräuchertes Fleisch mit gekühltem Fleisch aus dem Kühlschrank vermengen. Fleisch um einen Spieß formen und auf dem Grill von allen Seiten grillen.

Für die gefüllte Aubergine:

1 Aubergine
1 rote Zwiebel
1 grüne Chilischote
1 Zitrone, davon Saft
1 Fetakäse
1 Bund glatte Petersilie
Olivenöl, zum Bestreichen
Salz, aus der Mühle

Aubergine der Länge nach in dünne Scheiben schneiden. Mit Olivenöl und Salz bestreichen und kurz grillen.

Feta zermahlen und den Rest fein hacken. Chili kleinhacken. Zitrone auspressen, Petersilie feinhacken. Alle Zutaten zusammen mischen. Auberginenscheiben damit bestreichen. Scheiben aufrollen und in einen Spieß stecken.

Für das Auberginen-Püree:

2 Auberginen
2 mittelgroße Rispentomaten
1 rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
0,5 cm Ingwer
1 grüne Chilischote
1 Zitrone, davon Saft
1 Bund Koriander
¼ TL gemahlener Kurkuma
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Aubergine halbieren. In einer Hälfte 3-4 Schnitte machen. In die Schnitte 4 Knoblauchscheiben geben und in Ofen für 15 Minuten garen.

Zwiebel abziehen. Zwiebel, Tomaten, Chili und Ingwer klein hacken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Zwiebeln sautieren, bis sie durchsichtig sind. Ingwer dazu geben und 1 Minute sautieren. Tomaten, und Kurkuma dazu geben. 3-4 Minuten zusammen kochen. Aubergine aus dem Ofen holen und stampfen. In die Pfanne geben und 2 Minuten zusammen kochen. Frischen Koriander, Salz und Zitronensaft dazu geben.

Für das Stockbrot:

150 g Magerquark
1 Ei
150 g Weizenmehl
1 TL Backpulver
2 EL neutrales Öl

Alle Zutaten gut verkneten. Um einen Spieß formen und im heißen Ofen bei 230 Grad ca. 10 Minuten backen.

Für den Erbsen-Minz-Dip: Knoblauch abziehen und Zitrone auspressen. Alle Zutaten mixen und gut abschmecken.

100 g gefrorene TK-Erbesen
1 Bund Minze
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone, davon Saft
Salz, aus der Mühle

Für die Garnitur: Zwiebel abziehen und in Scheiben schneiden. Tomaten halbieren. Koriander feinhacken. Minze abzupfen. Alles vermischen und als Garnitur verwenden.

2 Cherrytomaten
1 rote Zwiebel
1 Zweig Koriander
2 Zweige Minze

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laura Krafft

Zweierlei Hähnchen-Saté mit Erdnuss-Sauce, asiatischem Gurkensalat, Pak Choi und Hühnerhaut-Chip

Zutaten für zwei Personen

Für die Erdnuss-Sauce:

100 g creamy Erdnussbutter
1 EL rote Thai-Currypaste
200 ml Kokosmilch
4 EL Kokosblütenzucker
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Currypaste im Topf mit 4 EL Kokosmilch erhitzen und rühren. Sobald sich das Öl trennt die restliche Kokosmilch mit der Erdnussbutter dazugeben, gut verrühren und leicht köcheln lassen. ½ Teelöffel Salz und Kokosblütenzucker hinzugeben und für 5 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen.

Dann nochmal abschmecken mit Salz und Zucker und abkühlen lassen. Sauce ist dann servierfertig.

Für das Hähnchen und den Chip:

3 Hähnchenoberschenkel mit Haut, ausgelöst
1 Bund Frühlingszwiebeln
1 Knoblauchzehe
1 Limette, davon Abrieb & Saft
1 Ei
100 ml Teriyakisauce
50 ml dunkle Sojasauce
2 EL getrocknete Thaichili
2 Stangen Zitronengras
½ Bund Koriander
2 EL Anapurna Curry
3 EL Pankobrösel
1 EL Speisestärke
3 EL Sesamöl

Haut vom Hähnchenschenkel lösen, zwischen zwei Backpapiere legen, gut salzen, dann etwas zum Beschweren darauf geben und bei 160 Grad in den Ofen geben, bis die Haut goldbraun ist. Herausnehmen, zwischen ein Küchentuch legen und auskühlen lassen.

Zwei Oberschenkel in grobe Würfel schneiden und in eine Schale geben. Speisestärke, Curry und Teriyakisauce darauf geben und marinieren. Am Ende auf Spieße stecken und in der Pfanne langsam in Sesamöl anbraten.

Das restliche Hähnchen mit Korianderstielen, Frühlingszwiebeln und Knoblauch in den Mixer geben und zu einer glatten Masse mixen. Ei und Pankobrösel dazu geben bis es eine feuchte, aber nicht nasse Masse ergibt. Mit Chili und ein wenig Sojasauce würzen. Ein bisschen Limettensaft und -schale dazugeben. Masse in die Hand nehmen und um eine Zitronengrasstange formen und in der Pfanne braten und zum warm halten in den Ofen bei 60 Grad geben. Koriander hacken und am Ende darüber streuen.

Für den Pak Choi:

2 Pak Choi
2 Frühlingszwiebeln
1 EL Sesamöl

Strunk vom Pak Choi entfernen und den Rest in schöne Streifen schräg schneiden, ebenso die Frühlingszwiebeln. Sesamöl in die Pfanne geben und Gemüse reinlegen. Das Ganze darf maximal eine Minute in der Pfanne braten, damit es knackig bleibt.

Für die Gurke:

4 kleine Salatgurken
1 EL Reisessig
1 Bund Koriander
1 EL Gochugaru
1 EL Sojasauce
1 EL Sesamöl
1 EL weißer Sesam
1 EL Kokosblütenzucker
Salz, aus der Mühle

Gurke zwischen zwei Schaschlikspieße legen und von der einen Seite scheibenweise einschneiden und von der anderen Seite auch, die Gurke sieht dann wie eine Ziehharmonika aus. Dann die Gurken großzügig einsalzen und liegen lassen. Abwaschen und mit den restlichen Zutaten marinieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.