

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 14. Oktober 2019** ▪
Leibgericht mit Nelson Müller



Thorsten Kahse

Kalbsschnitzel mit Limettenbutter, Ofenkartoffeln und Babyblattspinat

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch:

1 Kalbsrücken (in einem Stück), à 300 g
 100 ml Kalbsfond
 10 Kapern
 100 g Mehl
 300 ml Olivenöl

Den Ofen auf 175 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Kalbsrücken waschen, trocken tupfen und in 3 cm dicke Streifen schneiden, dann in der Mitte bis fast bis zum Ende einschneiden und aufklappen. Mit Olivenöl bestreichen und mit Frischhaltefolie bedecken. Das Fleisch mit einem Plattierisen flach klopfen. Das geklopfte Schnitzel leicht anmehlern und in einer anderen sehr heißen Pfanne mit Öl von jeder Seite ca. 20 Sekunden (je nach Dicke) braten. Dann kurz beiseitelegen. Schnitzel in den Limetten Butter Sud geben und fertig garen. Das Schnitzel mit dem Sud beträufeln und einige Kapern dazugeben.

Für die Limettenbutter:

2 Limetten
 2 Knoblauchzehen
 2 Schalotten
 1 Glas eingelegte Kapern
 1 Zweig Rosmarin
 100 g Butter
 1 EL Olivenöl

50 g Butter und Olivenöl in eine Pfanne geben und erhitzen. Schalotten abziehen, in Würfel schneiden, in die Pfanne geben und glasig dünsten. Rosmarin abrausen und trockenwedeln. Knoblauchzehen abziehen, vierteln und zusammen mit Kapern und Rosmarin auch in die Pfanne geben. Limette halbieren, auspressen, den Saft einer halben Limette auffangen und zur Pfanne dazugeben. Alles kurz aufkochen lassen und mit Kalbsfonds ablöschen und einreduzieren lassen.

Für die Kartoffeln:

200 g festkochende Drillinge
 2 Knoblauchzehen
 1 Zweig Rosmarin
 100 g Himalaya-Salz

Drillinge waschen, trockentupfen, halbieren und auf einem Backblech auslegen. Rosmarin abrausen, trockenwedeln und die Nadeln abzupfen. Knoblauch abziehen und halbieren. Kartoffeln kräftig mit dem Himalaya-Salz bestreuen und Rosmarin und Knoblauch darüber geben. Ca. 20 Minuten backen. Nach 15 Minuten evtl. etwas Olivenöl dazugeben.

Für den Spinat:

400 g Babyblattspinat
 2 Knoblauchzehen
 50 g Butter
 1 Muskatnuss
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Den Spinat waschen, trocken schleudern und mit Butter und Knoblauch in der Schnitzelpfanne kurz dünsten. Muskatnuss reiben und 2 TL auffangen. Spinat mit Pfeffer, Muskatnuss und Salz abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Anna-Maria Günz

Königsberger Klopse „wie bei Oma Karin“

Zutaten für zwei Personen

Für die Klopse:

600 g Kalbs-Hackfleisch
 3-4 Anchovis (in Öl/ Salz eingelegt)
 2 Brötchen
 2 Zwiebeln
 2 Eier
 250 ml Milch
 1,5 L Kalbsfond
 1 Bund glatte Petersilie
 ½ Bund frischer Majoran
 1 Lorbeerblatt
 2 Nelken
 100 ml Rapsöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. 1 Zwiebel abziehen, in kleine Würfel schneiden und im Öl andünsten. Die Brötchen kurz in Milch einweichen und ausdrücken. Petersilie und Majoran abbrausen, trockenwedeln und kleinhacken. Hackfleisch, Anchovis, Milch, Petersilie, Majoran, Eier, Zwiebel und die eingeweichten Brötchen vermengen und kleine Klopse formen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kalbsfond erhitzen und die Klopse im Fond ziehen lassen. ¼ des Fonds abfüllen und für die Sauce aufheben. 1 Zwiebel abziehen und halbieren. Lorbeerblatt und Nelken abzupfen und zwischen die zwei Zwiebel-Hälften stecken. Die gefüllte Zwiebel in den Fond geben und mitziehen lassen.

Für die Sauce:

1 Zwiebel
 1 Zitrone
 250 g Butter
 100 ml Sahne
 100 ml Milch
 500 ml Kalbsfond
 500 ml Weißwein
 1 Glas Kapern
 150 g Mehl
 2 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen, reiben und in 20 g Butter und dem Öl braun anschwitzen. Restliche Butter hinzufügen und schmelzen. Mehl kurz danach mit anrösten und mit Kalbsfond und Weißwein und dem restlichen Fond der Klopse ablöschen. Zitrone halbieren, auspressen und 1 EL Saft auffangen. Sauce mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Ca. fünf Minuten reduzieren lassen. Zum Schluss je nach Geschmack Milch, Sahne und/ oder Kapern zugeben.

Für die Beilage:

250 g kleine Kartoffeln
 1 Bund frischer Majoran
 80 ml Olivenöl
 4 EL Fleur de Sel
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Majoran abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Kartoffeln waschen und vierteln. Öl mit Majoran, Pfeffer und Salz vermengen und die Kartoffeln damit marinieren und im Backofen bei 180 Grad garen.

Für die Garnitur:

1 Zweig glatte Petersilie

Petersilie abbrausen, trockenwedeln, abzupfen und auf das Gericht streuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Lukas Werthschulte

Pilzrisotto mit Knoblauch-Ingwer-Hähnchen im Parmesan-Korb

Zutaten für zwei Personen

Für die Hühnerbrust:

2 Hühnerbrustfilets, à 100 g
 1 kleine rote Chilischote
 1 Knoblauchzehe
 ½ Ingwerknolle
 1 EL Olivenöl
 1 TL Paprikapulver
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Knoblauch abziehen und klein hacken. Chilischote längs aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und die Hälfte in kleine Streifen schneiden. Hühnerbrust waschen, trocken tupfen und in Stücke schneiden. Ingwer schälen und 2 kleine Scheiben zusammen mit den Chili-Streifen, einer Prise Salz, Paprikapulver und dem gehackten Knoblauch in dem Mörser zu einer Gewürzpaste verarbeiten und evtl. pürieren. Die Paste mit Öl vermengen und das Huhn damit marinieren. Zehn Minuten vorm Servieren scharf anbraten.

Für das Risotto:

200 g Arborio Reis
 100 g braune Pilze
 100 g Champignons
 1 Zwiebel
 30 g Butter
 40 g Parmesan
 75 ml Weißwein
 1 L Gemüfefond
 2 Zweige Thymian
 1 TL Paprikapulver
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und fein hacken. Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Parmesan reiben. Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen, die Zwiebel darin 2 Minuten anbraten. Thymian abbrausen, trockenwedeln und einen Zweig klein hacken. Pilze, den anderen Thymian-Zweig sowie den gehackten Thymian zu den Zwiebeln dazugeben und 3 Minuten kochen, ab und zu umrühren. Den Reis dazugeben und weitere 3 Minuten ununterbrochen rühren, damit der Reis im Olivenöl ein wenig anbrät und den Pilzduft aufnimmt. Den Wein dazugeben und weitere 3 Minuten kochen. Nun portionsweise den Gemüfefond dazugeben (erste Portion, dann warten, bis der Reis alles aufgesogen hat, dann die nächste Portion etc.). Alles gut mit Salz, Paprikapulver und Pfeffer würzen. Evtl. noch warmes Wasser dazugeben, falls die Flüssigkeit nicht ausreicht. Nach ca. 20 Minuten sollte der Großteil des Fonds aufgesogen sein. Jetzt den Topf vom Herd nehmen und die Butter schnell in das Risotto einrühren und mindestens 30 Sekunden lang rühren, damit das Risotto cremig wird. Am Ende mit Parmesan bestreuen.

Für den Parmesankorb:

250 g Parmesan

Parmesan reiben. Den geriebenen Parmesankäse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech zu einem großen Kreis ausstreuen. In den vorgeheizten Backofen geben und für circa 5-6 Minuten zu dünnen goldbraunen Fladen schmelzen lassen. Anschließend die Parmesanfladen herausgeben und über eine umgedrehte Schüssel legen und mit den Händen leicht andrücken. Auskühlen lassen.



Den Parmesankorb nachdem er geschmolzen ist, nicht in den Kühlschrank legen, um ihn zu kühlen. AM besten aus dem Ofen/ der Pfanne nehmen und im Raum auskühlen lassen, damit er kross wird.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Annegret Eisenberg

Rinderfiletsteak mit Pilzen, Hokkaido-Kartoffel-Stampf und Salat-Schiffchen

Zutaten für zwei Personen

Für das Steak:

2 Rinderfiletsteaks, ca. 3 cm dick
1 Knoblauchzehe
100 g Butter
300 g Butterschmalz (Butaris)
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Den Backofen auf 90 Grad Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Das Steak in Butterschmalz von jeder Seite und idealerweise auch auf den Seiten anbraten. Nach einer Minute pro Seite wenden und für ca. 20 Minuten in den Backofen legen. Wenn die Pfanne etwas abgekühlt ist, Butter hineingeben. Vor dem Servieren das Steak noch einmal in der gebräunten Butter schwenken. Knoblauch abziehen, in Scheiben schneiden und den Anrichte-Teller damit einreiben. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und auf den vorgewärmten Teller geben.

Für die Pilze:

100 g Seitlinge
100 g braune Champignons
50 g Butter
1 Zweig glatte Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne erwärmen und die Pilze in der Butter anbraten. Petersilie abbrausen, klein hacken und zur Butter geben. Pilze über das Fleisch geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Stampf:

300 g weichkochende Kartoffeln
1 Hokkaido-Kürbis, à 300 g
100 g Butter
2 EL Milch
1 Zweig Estragon
1 Scheibe Ingwer
2 Pimentkörner
1 Muskatnuss
1 Lorbeerblatt
1 TL Curry
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Kürbis schälen, von Kernen befreien und in Stücke schneiden. Lorbeerblatt abzupfen. Estragon abbrausen, trockenwedeln und mit einem Mörser klein reiben. Muskatnuss reiben und 1 Msp. auffangen. Kartoffeln und Hokkaido in kaltem Wasser mit Pimentkörnern, Lorbeerblatt und Ingwer mit reichlich Salz zum Kochen bringen. Einige Kürbis-Stücke als Reserve zur Seite legen, sollte der Stampf zu fein sein. Den Rest mit Butter, Milch, Muskat und Curry abschmecken. Den Estragon mit einem Mörser klein reiben und unter die Masse rühren. Alles mit einem Kartoffel-Stampfer zerstampfen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Salat:

1 Chicorée-Kopf
50 g Feldsalat
1 Möhre
1 rote Frühlingszwiebel
1 Apfel
1 Zitrone
10 rote Weintrauben
1 TL Pinienkerne
1 EL weißer Balsamico-Essig
½ TL Dijon Senf
2 EL Leinöl
Salz, aus der Mühle

Frühlingszwiebel abziehen und klein hacken. Salatblätter und Chicoree waschen und trocken schleudern. Möhre und Apfel waschen, von Enden und Kernen befreien und fein raspeln. Weintrauben waschen und halbieren. Zitrone waschen, trocken tupfen, halbieren, auspressen und Saft auffangen. Aus Zwiebel, Essig, Öl, Senf und Zitronensaft eine Sauce rühren und die Salatblätter, Weintrauben und Apfel-Möhren-Raspeln kurz darin schwenken. Die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen. Die Pinienkerne anrösten und drüberstreuen. Alles in ein Chicorée-Blatt geben.

Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Für die Garnitur: Tomaten waschen, vierteln und über das Gericht streuen. Petersilie
10 Kirschtomaten abbrausen, abzupfen und über das Gericht streuen.
1 Zweig glatte Petersilie

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Yannik Effe

Rehfilet mit Pfifferlingen in Preiselbeer-Rahmsauce und Kartoffelrösti

Zutaten für zwei Personen

Für das Reh:

1 Rehfilet, à 250 g
1 Konblanchzehe
100 g Butter
Rapsöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 50 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in der Pfanne mit Rapsöl kurz scharf anbraten. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und im Ofen garen. Knoblauch abziehen und klein hacken. Kurz vorm Garpunkt Rehfilet noch einmal mit Butter und Knoblauch durch die Pfanne ziehen.

Für die Pfifferlinge:

150 g Pfifferlinge
40 g Sellerie
1 Schalotte
1 Glas Preiselbeeren
20 g saure Sahne
200 ml Sahne
40 ml Sherry
20 ml Johannisbeersirup
100 ml Gemüfefond
3 Zweige Rosmarin
3 Zweige Thymian
30 g Mehl
1 EL Zucker
1 Muskatnuss
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und klein hacken. Sellerie waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Pfifferlinge putzen und zusammen mit der Zwiebel und Sellerie in Öl anbraten. Pfifferlinge aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Die Reste in der Pfanne mit Sherry ablöschen und kurz einreduzieren lassen. Johannisbeersirup und Preiselbeeren in die Pfanne mit dem Sherry geben und leicht köcheln lassen, sodass es einreduzieren kann. Saure Sahne, Sahne, evtl. Mehl zum Binden und Zucker zum Abschmecken hinzugeben. Muskatnuss reiben und 1 TL auffangen. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und kleinhacken. Rosmarin, Thymian und Pfifferlinge zum Rahm geben. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken. Wenn die Sauce sehr reduziert ist, Gemüfefond hinzugeben.

Für die Rösti:

300 g mehlig kochende Kartoffeln
1 Ei
250 g Butterschmalz

Ei trennen und Eigelb auffangen. Kartoffeln schälen und mit dem Spiralschneider in Form bringen. Kartoffelfasern mit einem Handtuch auspressen und Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Kartoffelfasern mit einem Eigelb vermengen und im Butterschmalz flachgedrückt braten.

Für die Garnitur:

8 Cherrytomaten

Tomaten waschen, vierteln und auf dem Teller verteilen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Chiara Dünschede

Konfierter Kabeljau mit Linsengemüse, Kalbsreduktion und frittierten Reismudeln

Zutaten für zwei Personen

Für den Kabeljau:

2 küchenfertige Kabeljaurückenfilets,
ohne Haut, à 150 g
2 Knoblauchzehen
1 Zitrone
1 Zweig Thymian
1 TL Chiliflocken
650 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Den Ofen auf 70 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Thymian abrausen und trockenwedeln. Knoblauch abziehen und andrücken. Zitrone waschen, trocken tupfen und 1 TL Schale abreiben. Olivenöl mit Thymianzweig, Knoblauch und Zitronenabrieb 5 Minuten im Ofen erwärmen. Den Kabeljau hinzufügen und ca. 12 Minuten darin glasig ziehen lassen. Mit Chiliflocken und Salz abschmecken.



**PROFI
TIPP**

Man kann beim Fisch, wenn man raufdrückt, gut feststellen, ob der Fisch gut ist oder nicht. Sollten sich die Lamellen langsam lösen lassen, ist dies ein Zeichen dafür, dass der Fisch gar ist.

Für das Linsengemüse:

1 Forellenfilet, mit Haut, à 100 g
100 g Belugalinsen
1 Karotte
1 Lauchzwiebel
1 Orange
400 ml Gemüsefond
100 ml Weißwein
2 Zweige frischer Liebstöckel
1 EL getrockneter Liebstöckel
1 EL Butter, zum Anbraten

1 Orange halbieren, auspressen und Saft auffangen. Linsen mit 150 ml Gemüsefond, 50 ml Wasser, dem Orangensaft und der Haut des Forellenfilets 15 Minuten gar kochen. Karotte und Lauchzwiebel putzen, von Enden befreien und in Würfel schneiden. Karotte und Lauchzwiebel in Butter anschwitzen und mit dem restlichen Gemüsefond und mit etwas Weißwein ablöschen. Liebstöckel abrausen, trockenwedeln, klein hacken und 2 TL davon zusammen mit den Linsen zum Gemüse geben. Alles ca. 15 Minuten kochen.

Für die Reduktion:

2 Knoblauchzehen
1 Limette
50 g Butter
50 g kalte Butter
200 ml Kalbsfond
1 Scheibe Ingwer
1 Zweig Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter bei geringer Stufe schmelzen. Knoblauch abziehen und andrücken. Limette waschen, trocken tupfen, halbieren, auspressen, Saft auffangen und 1 TL Schale abreiben. Kalbsfond erhitzen und auf zwei Drittel einreduzieren lassen. Ingwer und Knoblauch hinzufügen und etwas ziehen lassen. Ingwer und Knoblauch entfernen und erst kalte Butter, dann die normale Butter mit dem Pürierstab einmischen. Mit Salz, Pfeffer und Abrieb und Saft der Limette abschmecken. Petersilie abrausen, trockenwedeln und untere Stängel entfernen. Auf dem Gericht verteilen.

Für die Reismudeln:

150 g Reismudeln
Öl, zum Frittieren

Reismudeln in die Fritteuse geben und wenn sie kross sind, auf einem Küchenrost abtropfen lassen und über den Fisch streuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.