

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 26. April 2021** ▪
Leibgericht mit Nelson Müller



Gennaro Ippolito

Tagliatelle mit Tomatensugo und mediterranem Salat

Zutaten für zwei Personen

Für die Tagliatelle:

200 g Mehl
 2 Eier
 2 EL Olivenöl
 1 Prise Salz

Das Mehl, Eier, Olivenöl und Salz vermischen, zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie einwickeln und für ca. 20 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Anschließend den Nudelteig mit Hilfe einer Nudelmaschine ausrollen und in Tagliatelle schneiden. Pasta in kochendem Salzwasser ca. 3-4 Minuten al dente garen.

Für den Tomatensugo:

400 g ganze Cherrytomaten,
 aus der Dose
 1 rote Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 ½ Bund Basilikum
 1 Prise Zucker
 Olivenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und pressen. Zwiebel und Knoblauch in Olivenöl anschwitzen. Anschließend eine Prise Zucker hinzugeben und leicht karamellisieren lassen. Cherrytomaten mitsamt Tomatensaft hinzugeben und einkochen lassen. Basilikum abbrausen, trockenwedeln, 1-2 Zweige beiseitelegen, den Rest hacken. Sugo mit gehacktem Basilikum und Salz abschmecken. Kurz vor dem Servieren Basilikumblätter von den übrigen Zweigen abzupfen und zum Sugo geben.

Für den mediterranen Salat:

1 Aubergine
 4 Stangen grüner Spargel
 1 Fenchel mit Fenchelgrün
 1 Ochsenherztomate
 8 bunte Cherrytomaten (grün, gelb,
 schwarz, etc.)
 1 Knoblauchzehe
 1 Zitrone
 15 g Pinienkerne
 3 EL weißer Balsamicoessig
 1 Prise Zucker
 4 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ochsenherztomate waschen, trockentupfen und in Scheiben schneiden. Cherrytomaten waschen, trockentupfen und halbieren. Beide Tomatensorten mit Salz und Zucker würzen. Grünen Spargel putzen, ggf. das untere Ende schälen und in einer Grillpfanne ohne Öl anbraten. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Spargel mit Zitronensaft beträufeln und mit Salz würzen.

Aubergine waschen, trockentupfen und in Scheiben schneiden. Knoblauch abziehen und halbieren. Aubergine und Knoblauch in einer Grillpfanne mit ca. 1 Esslöffel Olivenöl scharf von beiden Seiten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, dann die Auberginenscheiben zu kleinen Röllchen formen. Fenchel putzen, in Spalten schneiden und kurz anbraten. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. 3 Esslöffel Olivenöl mit Essig, einer Prise Salz, Zucker und Pfeffer vermischen und darin die gesalzenen und gezuckerten Tomaten marinieren.

Für die Garnitur:

100 g Parmesan
 1 Zweig Basilikum

Parmesan reiben. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und Blättchen abzupfen. Parmesan und Basilikum als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Makrina Schneider

Asien trifft Afrika: Kokos-Kaffir-Suppe mit Garnelen und Gemüse & Sambosas mit scharfer ChilisaUCE

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe:

- 5 Riesengarnelen, mit Schale, ohne Kopf
- 100 g braune Champignons
- 2 Karotten
- 1 rote Paprikaschote
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 rote Chilischote
- 1 gelbe Chilischote
- 2 cm Ingwer
- 2 cm Galgant
- 1 Limette
- 1 EL Butter
- 400 ml Kokosmilch
- 4 EL Fischesauce
- 2 Stangen Zitronengras
- 4-5 Kaffirlimettenblätter
- 2 Zweige Koriander
- 2 Zweige Dill
- Rapsöl, zum Braten
- Salz, aus der Mühle
- Bunter Pfeffer aus der Mühle

Die Garnelen aus der Schale nehmen, entdarmen und unter Wasser abspülen. Garnelenschalen für den späteren Gebrauch beiseitelegen. Zitronengras klopfen und vierteln. Zwiebel klein schneiden. Knoblauch abziehen und hacken. Ingwer und Galgant in Scheiben schneiden. Rote und gelbe Chilischote abbrausen, trockentupfen, der Länge nach halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. In Ringe schneiden. Kaffirlimettenblätter abbrausen, trockenwedeln und Stiele entfernen.

Öl in einem Topf erhitzen und die Garnelenschalen sowie die Abschnitte bzw. ca. die Hälfte des Zitronengras, Zwiebel, Knoblauch, Ingwer, Galgant sowie zwei Kaffirlimettenblätter darin scharf anbraten, mit 100 ml Wasser ablöschen und 15 Minuten köcheln lassen. Anschließend den Sud abseihen und die Flüssigkeit auffangen.

Karotten schälen und in Stifte schneiden. Champignons putzen und vierteln. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Paprika waschen, trockentupfen, halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien, dann in Würfel schneiden. 3 Garnelen in mundgerechte Stücke schneiden. Anderen zwei Garnelen ganz lassen.

Kokosmilch in einen Topf geben und mit dem restlichem Zitronengras, Zwiebel, Knoblauch, Ingwer, Galgant und drei Kaffirlimettenblättern zum Kochen bringen. Paprika und Karotten dazugeben, nach 3 Minuten die Champignons hinzugeben. Garnelensud angießen und die Suppe mit Fischesauce, Salz und Pfeffer abschmecken. Je nach Schärfe noch etwas Chili dazugeben. Außerdem die Garnelen und Frühlingszwiebeln hinzugeben und kurz mit aufkochen.

Limette halbieren und den Saft auspressen. Butter in einer Pfanne erhitzen, Garnelen kurz von beiden Seiten anbraten, mit Saft einer halben Limette ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Dill und Koriander abbrausen, trockenwedeln und hacken. Kurz vor dem Servieren unter die Suppe rühren.



Laut WWF sollten Sie auf Garnelen zurückgreifen, die aus der Bioaquakultur oder aus der Zucht der Zero-Input Systeme aus Südostasien (außer Indien) stammen und beim Kauf auf eine **ASC-, Bio- oder Naturland-Zertifizierung** achten.

Für die Sambosas:

- 1 Packung Filo- & Yufkateig, aus dem Kühlregal
- 200 g Rinderhackfleisch
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 150 ml Gemüsefond

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und das Rinderhackfleisch scharf anbraten. Knoblauch abziehen, hacken und zum Hackfleisch geben. Fleisch mit Graham Marsala, Kurkuma, Chili, Salz und Pfeffer würzen und alles mit Fond ablöschen. Ca. 10 Minuten köcheln lassen. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und klein schneiden. Koriander abbrausen, trockenwedeln und hacken. Frühlingszwiebeln und Koriander zum Hackfleisch geben, vermengen und alles abkühlen lassen.

1 Zweig Koriander
½ TL Graham Marsala
½ TL gemahlener Kurkuma
Chili, aus der Mühle
1 TL Mehl
Öl, zum Braten und Frittieren
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Mehl und 3 Teelöffel Wasser verrühren. Filoblätter auslegen, mittig etwas Hackfleischmasse platzieren und zu Dreiecken falten. Mehl-Wasser-Gemisch als „Kleber“ verwenden und die Dreiecke fixieren. Fett in der Fritteuse erhitzen und die Sambosas goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Chilisauce:

1 rote Chilischote
1 gelbe Chilischote
1 Knoblauchzehe
1 Limette
2 EL Tomatenmark
1 Zweig Minze
1 TL Mehl
1 TL brauner Zucker
Chili, aus der Mühle
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Bunter Pfeffer aus der Mühle

Rote und gelbe Chilischote abbrausen, trockentupfen, der Länge nach halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Klein schneiden. Knoblauch abziehen und ebenfalls klein schneiden. Limette halbieren und den Saft auspressen. Minze abbrausen, trockenwedeln und hacken. Chili und Knoblauch in Öl anbraten, dann mit Saft einer halben Limette, Minze, Chili aus der Mühle und Zucker abschmecken. Mit ca. 100 ml Wasser ablöschen, dann Tomatenmark einrühren. Ggf. mit Mehl abbinden. Kurz abkühlen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Carsten Metzler

Gebratene Salbei-Leber mit geschmorten Zwiebeln und buntem Kartoffelstampf

Zutaten für zwei Personen

Für die Leber und Zwiebeln:

200 g küchenfertige Putenleber
 2 Zwiebeln
 125 ml Schlagsahne
 Butterschmalz, zum Braten
 250 ml Geflügelfond
 165 ml roter Traubensaft, 100%
 Fruchtsaft
 2-3 EL dunkler Balsamicoessig
 4 Zweige Salbei
 ½ TL getrockneter, granulierter
 Knoblauch
 1-2 EL getrocknete, granulいたe
 Zwiebeln
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Leber putzen und in Stücke schneiden.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Leber ca. 1-2 Minuten unter gelegentlichem Wenden anbraten.

Zwiebeln abziehen und würfeln. Leber aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen. Zwiebeln in die Pfanne geben und scharf anbraten, dann mit Traubensaft und Balsamicoessig ablöschen. Geflügelfond angießen und köcheln lassen.

Salbei abbrausen und trockenwedeln. 3-4 Blätter zum Garnieren beiseitelegen. Restliche Salbeiblätter mit der Sahne in eine Schüssel geben und mit einem Stabmixer pürieren. Zu den Zwiebeln in die Pfanne geben und kurz aufkochen lassen. Alles mit Knoblauch- und Zwiebelpulver, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Leber zum Fertigbaren hinzugeben.



Innereien sollten Sie immer gut putzen. Speziell bei der Leber sollten Sie die Außenhaut sowie die Gallengänge entfernen. In den Gallengängen kann sich nämlich noch Gallenflüssigkeit befinden und wenn sie platzen, machen sie die komplette Leber ungenießbar. Außerdem sollten Sie Leber erst nach dem Braten würzen, weil sie sonst ihre Saftigkeit verliert und schnell fest wird.

Für den Kartoffelstampf:

250 g vorwiegend mehlig kochende
 Kartoffeln
 60 g gewürfelter Schinken
 1 kleine Zwiebel
 1 kleine Möhre
 1 Knollensellerie
 25 g Butter
 25 ml Milch
 125 ml Geflügelfond
 ½ Bund krause Petersilie
 ½ TL getrockneter, granulierter
 Knoblauch
 1 EL getrocknete, granulいたe
 Zwiebeln
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schinken in einer Pfanne ohne Öl anbraten und zur Seite stellen.

Kartoffeln, Möhre, Zwiebel und ¼ Knollensellerie schälen, klein schneiden und in Salzwasser mit Geflügelfond garen. Anschließend abgießen.

Knoblauchpulver, Zwiebelpulver, Muskat, Butter und Milch hinzugeben grob zerstampfen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Petersilie und Schinken zum Stampf geben, alles verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laura Fröhlich

Gyoza mit zweierlei Füllung und Limetten-Miso-Mayonnaise

Zutaten für zwei Personen

Für den Gyoza-Teig:

175 g Spätzlemehl
2 Eier
1 TL Salz

Das Spätzlemehl, die Eier und Salz zu einem Nudelteig verkneten. Bei Bedarf etwas Wasser zugeben. Teig in Frischhaltefolie wickeln, in den Kühlschrank legen und ruhen lassen.

Für die erste Füllung:

250 g küchenfertige Garnelen, entdarnt, ohne Kopf und Schale
50 g Mungobohnensprossen
1 Knoblauchzehe
2 EL Sojasauce
2 EL weiße Sesam
Getrocknete Chiliflocken, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle

Garnelen entdarmen, waschen, trockentupfen und hacken. Knoblauch abziehen und hacken. Sprossen abrausen, trockenwedeln und zerkleinern. Garnelen, Knoblauch, Sprossen, Sojasauce und Sesam vermischen. Mit Salz und Chiliflocken abschmecken.



Laut WWF sollten Sie auf Garnelen zurückgreifen, die aus der Bioaquakultur oder aus der Zucht der Zero-Input Systeme aus Südostasien (außer Indien) stammen und beim Kauf auf eine **ASC-, Bio- oder Naturland-Zertifizierung** achten.

Für die zweite Füllung:

¼ Chinakohl
50 g Shiitake
1 Karotte
1 Frühlingszwiebel
1 Knoblauchzehe
1 cm Ingwer
2 EL Sojasauce
4 TL Sake
2 EL Sesamöl

Chinakohl waschen, trockenschleudern und fein reiben. Shiitake putzen und in feine Streifen schneiden. Karotte schälen und fein reiben. Frühlingszwiebel putzen, waschen, trockentupfen und in feine Streifen schneiden. Knoblauch abziehen und hacken. Ingwer schälen und fein reiben. Chinakohl, Shiitake, Karotte, Frühlingszwiebel, Knoblauch, Ingwer, Sojasauce, Sake und Sesamöl gut miteinander vermengen.

Für die Fertigstellung:

1 Ei
Neutrales Öl, zum Braten

Gyozateig aus dem Kühlschrank nehmen, auswickeln und durch eine Nudelmaschine hauchdünn ausrollen. Mit einem runden Ausstecher Kreise ausstechen. Ei trennen und dabei das Eiweiß auffangen. Den Rand der Kreise mit Eiweiß bestreichen, in die Mitte ein Teelöffel Füllung häufen, zu einer Tasche zusammenklappen und in Falten legen. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen, die Gyozas auf einer Seite goldbraun anbraten, dann etwa zur Hälfte mit Wasser aufgießen und die Pfanne mit einem Deckel abdecken. Ca. 5 Minuten dämpfen lassen, dann den Deckel abnehmen. Die Gyozas so lange in der Pfanne lassen, bis das gesamte Wasser verdunstet ist und die Teigtaschen wieder knusprig anbraten.

Für die Mayonnaise: Limette unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. 1
1 Limette Teelöffel Limettenabrieb, Misopaste, Ei und Öl in ein hohes Gefäß geben
1 TL Misopaste und mit einem Stabmixer zu Mayonnaise verarbeiten. Evtl. mit einem
1 Ei Spritzer Limettensaft verfeinern. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
100 ml Rapsöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Mike Pytlík

Rinderfilet mit Rotweinsauce, karamellisierten Möhren und Kartoffelblättern

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

500 g Rinderfilet
1 Knoblauchknolle
150 g Butter
150 g Butterschmalz
1 Bund Rosmarin
1 Bund Thymian
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen.

Rinderfilet salzen. Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Knoblauchknolle halbieren und eine Hälfte in eine Pfanne geben. Andere Hälfte für die Sauce beiseitelegen. Butterschmalz zum Knoblauch in die Pfanne geben und erhitzen. Darin das Filet kurz scharf von allen Seiten anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen und zusammen mit dem Thymian, Rosmarin und Knoblauch in den vorgeheizten Ofen geben. Fertig garen. Pfanne für die Sauce aufgestellt lassen.

Kurz vor dem Servieren Butter in einer zweiten Pfanne auslassen, das Fleisch mit den Kräutern und Knoblauch hineingeben und kurz ziehen lassen. Dabei das Fleisch mit der Butter übergießen. Zum Schluss mit Pfeffer würzen.

Für die Sauce:

1 Bund Suppengemüse (Petersilie, Möhre, Sellerie)
1 rote Zwiebel
150 g kalte Butter
200 ml roter, süßer Portwein
200 ml trockener Rotwein
100 ml Rinderfond
100 ml Gemüfefond
8 cl Marsala
1 EL Tomatenmark
1-2 EL Preiselbeerengelee
½ Zimtstange
2 Nelken
½ Vanilleschote
40 g Zucker
40 g Speisestärke
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Suppengemüse putzen. Möhre und Sellerie klein schneiden. Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Zwiebel abziehen und klein schneiden. Möhre, Sellerie, Petersilie, Zwiebel und Knoblauchknolle (siehe oben) in 1-2 EL Butter andünsten. Tomatenmark hinzufügen, mit anschwitzen, dann Zucker und Stärke hinzugeben und anrösten. Alles mit Portwein und Rotwein ablöschen. Rinderfond und Gemüfefond hinzufügen und einkochen lassen. Zimtstange, Vanilleschote und Nelken in einen Gewürzbeutel geben und verschließen. In die Sauce legen. Marsala und Preiselbeerengelee zur Sauce geben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sauce durch ein feines Haarsieb passieren.

Sauce mit einem Esslöffel kalter Butter aufmontieren. Ggf. mit Speisestärke abbinden.

Für die Möhren:

3 große, dicke Möhren
50 g Mandelsplitter
1-2 EL Butter
1 EL flüssiger Orangenblütenhonig
½ Zimtstange
½ Vanilleschote
1 TL Zucker
Chili, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Mandelsplitter in einer Pfanne ohne Fett anrösten, aus der Pfanne nehmen. Möhren putzen, schälen und in Stifte schneiden. Ca. 5 Minuten in Wasser garen, dann in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen.

Möhren mit Butter, Vanilleschote und Zimtstange in die Pfanne geben und mit Honig und Zucker karamellisieren. Mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken. Mandelsplitter hinzugeben und schwenken.

Eiswasser, zum Abschrecken

Für die Schalotten: Schalotten halbieren und im vorgeheizten Ofen weich garen. Schalotten „ausschaben“, mit zu den Möhren in die Pfanne geben und schwenken.
4 Schalotten

Für die Kartoffelblättchen: Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Anschließend abgießen und ausdämpfen lassen. Thymian, Rosmarin, Petersilie und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Kartoffeln mit Mehl, Eiern, Petersilie, Schnittlauch, Thymian und Rosmarin zu einem Kloßteig verkneten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben, Teig ausrollen und kleine Taler ausstechen. In heißem Öl goldgelb frittieren. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.
2 große mehlig kochende Kartoffeln
2 Eier
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
1 Zweig glatte Petersilie
1 Zweige Schnittlauch
300 g Mehl
Neutrales Öl, zum Frittieren
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Eva Ebeling

Gnocchi mit Salbeibutter, Ofen-Tomaten und geschmortem Bittersalat mit Orangenfilets

Zutaten für zwei Personen

Für die Gnocchi:

500 g mehlig kochende Kartoffeln
3 Eier
250 g Mehl
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Kartoffeln schälen, in grobe Stücke schneiden und kochen.

Abgießen und ausdämpfen lassen. Dann durch eine Kartoffelpresse drücken. Zwei Eier trennen und dabei das Eigelb auffangen.

Kartoffelmasse mit Mehl, 2 Eigelben und einem ganzen Ei verkneten, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Eine Rolle aus dem Teig formen und in gleichmäßige Stücke schneiden.

Diese zu Gnocchi rollen und mit einer Gabel von beiden Seiten etwas eindrücken. In kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten garen bis sie an der Wasseroberfläche schwimmen.

Für die Salbeibutter:

1 Bund Salbei
200 g Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salbei abrausen und trockenwedeln. Butter in einer Pfanne zerlassen, Salbeiblätter darin braten und die Gnocchi dann in der gebräunten Butter etwas anrösten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Ofen-Tomaten:

Ca. 8 Kirschtomaten an der Rispe
1 Knoblauchzehe
1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian
Olivenöl, zum Beträufeln
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Tomaten waschen und trockentupfen. In eine kleine Auflaufform geben, mit Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Rosmarin und Thymian abrausen, trockenwedeln und auf die Tomaten geben.

Knoblauch ebenfalls dazugeben. In den vorgeheizten Ofen geben und schmoren lassen.

Für den geschmorten Bittersalat:

1 länglicher Radicchio Trevisiano
1 Chicorée
50 g Frisée-Salat
1 Orange
1 Knoblauchzehe
2 EL Birnen-Balsamicoessig
2 Zweige Thymian
Olivenöl, zum Beträufeln
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Thymian abrausen und trockenwedeln. Knoblauch zerdrücken. Frisée-

Salat waschen und trockenschleudern. Radicchio und Chicorée putzen und halbieren. Radicchio mit der Schnittkante nach oben auf ein Backblech legen, Thymian auflegen, mit Olivenöl beträufeln, Knoblauch dazulegen und im vorgeheizten Ofen garen bis der Radicchio leicht knusprig wird. Ca. 10 Minuten nach Backzeit des Radicchio den Chicorée mit auf das Blech legen, ebenfalls mit Olivenöl beträufeln und fertig garen.

Orange unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Anschließend Orange schälen und filetieren. Dabei den Saft auffangen. Birnen-Balsamicoessig, Orangensaft und 4 Esslöffel Olivenöl verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Frisée-Salat mit ca. 2/3 des Dressings marinieren.

Geschmorten Salat aus dem Ofen nehmen und Orangenfilets darauf platzieren. Mit restlichem Dressing beträufeln und mit Orangenabrieb bestreuen.

Für die Garnitur: Parmesan reiben und die Gnocchi damit garnieren.
100 g Parmesan

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.