

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 5. Mai 2021 ▪
Tagesmotto „Mamas Küche“ mit Johann Lafer



Maurice Reinhard

Schweinefilet mit Champignon-Rahmsauce, glasierten Radieschen und Kartoffelwürfeln

Zutaten für zwei Personen

Für das Schweinefilet:

500 g küchenfertiges Schweinefilet,
im Ganzen
3 Knoblauchzehen
1 EL Butter
1 Zweig Rosmarin
1 TL Sonnenblumenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch andrücken. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Schweinefilet scharf von allen Seiten darin anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen und im vorgeheizten Ofen ca. 20 bis 25 Minuten garen. Anschließend das Fleisch zurück in die Pfanne geben und mit Butter, Rosmarin und Knoblauch für 1 bis 2 Minuten arosieren. Fleisch mit ausreichend Pfeffer und Salz würzen. Vor dem Servieren kurz ruhen lassen.

Für die Champignon-Rahmsauce:

400 g braune Champignons
1 Knoblauchzehe
50 g kalte Butter
350 ml Sahne
100 ml Weißwein
3 TL Dijon-Senf
¼ Bund glatte Petersilie
¼ Bund krause Petersilie
1 TL Speisestärke
Sonnenblumenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Champignons putzen, vierteln und in etwas Sonnenblumenöl anrösten.

Knoblauch abziehen und pressen. Nachdem die Pilze gebräunt sind, salzen und mit Knoblauch und Senf abschmecken. Kurz weiter anschwitzen, dann mit Weißwein ablöschen. Anschließend Sahne angießen und einkochen lassen. Vor dem Servieren kalte Butter einrühren und bei Bedarf mit etwas aufgelöster Stärke andicken. Mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und unter die Sauce rühren.

Für die Radieschen:

1 Bund Radieschen, mit Grün
1 Zitrone
100 g Butter
2-3 TL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Radieschen waschen, trockentupfen und vom Grün befreien.

Radieschengrün hacken. Butter in einer Pfanne auslassen und die Radieschen in der zerlassenen Butter für ca. 10 Minuten bei mittlerer Hitze andünsten. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und mit dem Radieschengrün vermengen. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Radieschen mit Zitronensaft abschmecken.

Für die Kartoffelwürfel: Kartoffeln schälen, in gleich große (ca. 2x2 cm) Würfel schneiden und blanchieren. Öl in einem Topf erhitzen. Sobald das Öl heiß ist, Kartoffeln mit Mehl bestäuben und in das Öl geben. Ca. 5 bis 7 Minuten ausfrittieren, bis die Kartoffeln anfangen, goldgelb zu werden. Kartoffeln aus dem Öl nehmen, auf Küchenpapier abtropfen und etwas abkühlen lassen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Kartoffelwürfel mit Petersilie, Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen.

300 g vorwiegend festkochende Kartoffeln
½ Bund glatte Petersilie
½ Bund krause Petersilie
1 TL Paprikapulver
2-3 EL Mehl
600 ml Sonnenblumenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Camill Kowol

Polnische Piroggi mit zweierlei Füllung, Nussbutter und gebackenen Semmelbrösel

Zutaten für zwei Personen

Für den ersten Teig:

280 g Weizenmehl
1 Ei, Größe L
1 TL Rapsöl
2 TL Salz

Das Mehl und Salz vermischen, eine Mulde bilden, das Ei und 100 ml lauwarmes Wasser in die Mulde geben und zu einem glatten Teig verkneten. Sollte der Teig noch klebrig sein, dann noch etwas Mehl dazugeben. Teig in einem Tuch kurz ruhen lassen.

Für den zweiten Teig:

280 g Weizenmehl
1 Ei, Größe L
100 ml Rote-Bete-Saft
1 TL Rapsöl
2 TL Salz

Mehl und Salz vermischen, eine Mulde bilden, das Ei und Rote-Bete-Saft in die Mulde geben und zu einem glatten Teig verkneten. Sollte der Teig noch klebrig sein, dann noch etwas Mehl dazugeben. Teig in einem Tuch kurz ruhen lassen.

Für die erste Füllung:

4 mehlig kochende Kartoffeln
50 g Speck, am Stück
1 Zwiebel
200 g Twarog-Käse
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffel schälen, in Würfel schneiden und in Salzwasser garen. Anschließend abgießen und durch eine Kartoffelpresse drücken. Soweit abkühlen lassen, dass man die Kartoffelmasse mit den Händen weiterverarbeiten kann.

Speck klein schneiden und in einer Pfanne braten. Zwiebel abziehen, fein würfeln, zum Speck geben und leicht rösten. Pfanne für die Piroggen zum Braten aufgestellt lassen.

Twarog-Käse mit Speck-Zwiebel-Masse zur Kartoffelmasse geben und gut miteinander vermengen. Masse mit Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss abschmecken.

Für die zweite Füllung:

100 g Rinderhackfleisch
100 g braune Champignons
1 Schalotte
1 Bund glatte Petersilie
Zimt, zum Abschmecken
Rapsöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Champignons putzen und würfeln. Schalotte abziehen und fein würfeln. Hackfleisch in eine Pfanne geben und scharf anbraten mit Öl. Sobald das Fleisch leicht gebräunt ist, Champignons und Schalotte hinzugeben. Alles mit Zimt, Salz und Pfeffer abschmecken und abkühlen lassen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, hacken und unter die Masse rühren. Masse auf einem Küchenpapier entfetten und hacken.

Beide Teige vor dem Ausrollen erneut kneten. Dann ca. 3-4 mm dünn ausrollen und mit einem Trinkglas Kreise ausstechen. Jeweils einen Teelöffel der Kartoffel-Speck-Masse mittig auf den hellen Teigkreisen verteilen, zusammenklappen und den Rand mit einer Gabel fest andrücken. Auf den rot gefärbten Teigkreisen jeweils ca. 1 Teelöffel der Hackfleisch-Pilz-Masse platzieren, zusammenklappen und den Rand mit einer Gabel fest andrücken. Piroggen 2-3 Minuten in Salzwasser garen. Piroggen in der Pfanne mit dem Bratensatz des Specks anbraten.

Für die Butter: Butter in einem Topf erhitzen, bis sie schäumt. Sobald die Molke beginnt braun zu werden, die Butter vom Herd nehmen und durch ein feines Sieb passieren.

Für die Semmelbrösel: Butter in einer Pfanne erhitzen, bis sie schäumt. Dann Semmelbrösel hinzugeben und braten bis sie knusprig sind. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

200 g Butter
100 g Semmelbrösel

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Maria Scholz

Gebratenes Zanderfilet mit Dillsauce, Winzerkraut und Salzkartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für den Zander:

200 g küchenfertiges Zanderfilet,
mit Haut
2 Zitronen
150 g Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Butter in einer Pfanne schmelzen. Zander auf Gräten kontrollieren. Fisch auf der Fleischseite kurz in Butter anwärmen, dann auf die Hautseite drehen und scharf anbraten. Dabei immer wieder mit heißer Butter übergießen bis der Fisch durchgezogen, aber innen noch schön glasig ist. Fisch mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Fisch mit Zitrone abschmecken. Andere Zitrone als Garnitur verwenden.



Um Zander bedenkenlos genießen zu können, sollte der Fisch laut Verbraucherzentrale Hamburg aus dem Fanggebiet **FAO 05 Europäische Binnengewässer stammen** und **MSC-zertifiziert** sein.

Für die Sauce:

1 Zitrone
80 g Butter
200 ml Fischfond
1 Bund Dill
2 EL Mehl
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Rosa Pfeffer
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einer Pfanne braun werden lassen. Mehl dazugeben und verrühren. Kräftig mit Salz abschmecken. Mit Fischfond ablöschen, verrühren und einkochen lassen. Dill abbrausen, trockenwedeln und hacken. Zitrone unter heißem Wasser abspülen, die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen. Sauce mit Dill, Zitronensaft, Zitronenabrieb, Zucker und Pfeffer abschmecken, weiter reduzieren lassen. Kurz vor dem Servieren ein kaltes Stück Butter einmontieren. Sauce je nach Geschmack mit rosa Pfeffer abschmecken.

Für das Kraut:

400 g Sauerkraut, aus der Dose
2 Scheiben Bacon
2 Schalotten
30 g Butter
50 g Crème double
75 g Sahne
500 ml Winzersekt
2 Zweige Estragon
1 Lorbeerblatt
2 Nelken
5 Wacholderbeeren
Speisestärke, zum Binden
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Estragon abbrausen und trockenwedeln. Schalotten abziehen, würfeln und in Butter glasig dünsten. Sauerkraut mit Estragon, Lorbeer, Nelken und Wacholderbeeren zu den Schalotten geben und kurz mit dünsten. Winzersekt angießen, aufkochen und zugedeckt 10 bis 15 Minuten schmoren lassen. Crème double und Sahne einrühren und weitere 5 bis 10 Minuten sämig einkochen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Ggf. mit Stärke abbinden.
Bacon in einer Pfanne ohne Öl kross braten und über dem Kraut zerbröseln.

Für die Salzkartoffeln:

300 g Heiderot-Kartoffeln
(alternativ Sorte Violetta)
2-3 Zweige glatte Petersilie
Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, in gleich große, mundgerechte Stücke schneiden und in Salzwasser kochen. Anschließend abgießen und ausdämpfen lassen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Kartoffeln mit Petersilie bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Markus Lauffer

Auf Gewürzsalz gegartes Rotbarschfilet mit Vanillebutter, Blattspinat und Zitronen-Basmati

Zutaten für zwei Personen

Für den Rotbarsch:

- 4 Rotbarschfilets à 120 g, ohne Haut
- 1 Ei
- 300 g grobes Meersalz
- 1 TL Wachholderbeeren
- 1 TL Korianderkörner
- 1 TL schwarze Pfefferkörner
- 1 TL grüne Kardamomkapseln
- 1 TL Fenchelsamen
- 1 EL Mehl
- 1 EL Speisestärke

Den Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen.

Ei trennen, dabei das Eiweiß auffangen und steif schlagen. Meersalz mit den Wachholderbeeren, Korianderkörner, Pfefferkörner, Kardamomkapseln, Fenchelsamen, Mehl, Speisestärke und geschlagenem Eiweiß mischen. Die Salzmasse in eine ofenfeste Form geben und im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten trocknen lassen. Ofentemperatur auf 100 Grad reduzieren. Rotbarschfilets waschen, trockentupfen und auf dem Salzbett im Ofen ca. 7 Minuten gar ziehen lassen.



Wenn Sie Rotbarsch zubereiten, dann sollten Sie unbedingt auf den **Rotbarsch (*Sebastes mentella*)** aus dem Fanggebiet **FAO 21 Nordwestatlantik** (MSC-Gütesiegel) oder **FAO 27 Nordostatlantik** (MSC-Gütesiegel) zurückgreifen. Der **Rotbarsch (*Sebastes fasciatus und alutus*)** sollten Sie aufgrund von Überfischung in keinem Fall kaufen!

Für die Vanillebutter:

- 2 Vanilleschoten
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Butter
- Chilisalz, zum Würzen

Butter in einer Pfanne zerlassen. Knoblauch abziehen und in feine Scheiben schneiden. Vanilleschoten der Länge nach halbieren und das Mark herauskratzen. Knoblauch und Vanillemark zur Butter geben. Mit Chilisalz würzen.

Für den Spinat:

- 500 g Blattspinat
- 2 Schalotten
- 1 Zitrone
- 2 EL Butter
- 3 EL Gemüsefond
- 1 TL Chilisalz
- 1 TL Aglio e olio-Gewürz
- 1 EL Olivenöl

1 Esslöffel Butter in einen Topf geben, auslassen und bräunen. Auf diese Weise Nussbutter herstellen. Spinat waschen und trockenschleudern. Zitrone unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Schalotten abziehen und in feine Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Schalotten darin andünsten. Fond, Spinat, Zitronenabrieb zugeben und dünsten bis der Spinat zusammengefallen ist. Mit etwas Aglio e Olio Gewürz und Chilisalz würzen. Braune Butter sowie restliche Butter untermischen.

Für den Zitronen-Basmati:

- 100 g Basmatireis
- 1 Zitrone
- 1 TL Kurkumapulver
- 1 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle

Zitrone unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen. Öl in einem Topf erhitzen, dann Reis und Kurkuma hinzufügen. 200 ml Wasser, Zitronensaft und Salz zugeben. 15 Minuten köcheln lassen. Abschließend Zitronenabrieb unter den Reis rühren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 5. Mai 2021** ▪
Zusatzgericht von Johann Lafer



Biskuit-Roulade mit Marillenfüllung

Zutaten für zwei Personen

Für die Marillenfüllung:

400 g reife Marillen (alternativ
 tiefgefrorene Marillen)
 1 Zitrone
 100 g Gelierzucker, 3:1
 3 Blatt Gelatine

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Frische Marillen waschen, halbieren und entsteinen. Tiefgekühlte Hälften auftauen. Zitrone auspressen. Marillen mit Zitronensaft und Gelierzucker in einen hohen Becher geben und mit einem Mixstab fein pürieren. Marillenpüree in einen Topf umfüllen, aufkochen lassen, dann unter ständigem Rühren 4 Minuten sprudelnd kochen lassen. Topf vom Herd ziehen.

Blattgelatine 4 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Blätter ausdrücken und in der heißen Marillenmarmelade auflösen. Marmelade im Kühlschrank vollständig erkalten lassen.

Für die Biskuit-Roulade:

4 Eier
 75 g Puderzucker
 Puderzucker, zum Bestäuben
 80 g Mehl
 30 g Speisestärke
 1 Prise Salz

Eier mit Puderzucker und einer Prise Salz in ca. 5 Minuten mit dem Handrührgerät oder Küchenmaschine dick schaumig aufschlagen. Mehl mit Stärke mischen, zum Ei-Schaum sieben und behutsam unterheben. Biskuitmasse ca. 1 cm dick auf ein mit Backpapier belegtes Backblech streichen und im Ofen in etwa 10 Minuten backen. Anschließend den Biskuit auf ein mit Puderzucker bestäubtes Tuch stürzen, sodass das Backpapier oben ist. Backpapier abziehen.

Ausgekühlte Marillenmarmelade gleichmäßig dünn auf den Biskuit streichen und mit Hilfe des Tuchs zu einer Roulade aufrollen. Rolle wenn möglich für 2 Stunden kaltstellen.

Biskuitrolle mit Puderzucker bestäuben. Nach Belieben kann man mit einer an einer Gasflamme erhitzten Gabel ein Gittermuster in den Zucker einbrennen.



**PROFI
TIPP**

Wie kriegt man Stärke und Mehl unter einen Ei-Schaum, ohne dass dieser zusammenfällt? Am besten siebt man das Mehl ganz locker und vorsichtig in den Schaum und hebt es vorsichtig mit einem Löffel unter. So bleibt die Masse fluffig.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.