

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 20. Mai 2024** ▪  
**Leibgericht mit Robin Pietsch**



Lia Kufner

**Rinderfilet mit Kartoffelbällchen, grünem Spargel und Sauce hollandaise**

Zutaten für zwei Personen

**Für die Kartoffelbällchen:**

5 mittelgroße, mehligkochende  
Kartoffeln  
3 EL Stärke  
1 TL Knoblauchgranulat  
1 TL edelsüßes Paprikapulver  
½ TL geräuchertes Paprikapulver  
Neutrales Pflanzenöl, zum Braten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln in Salzwasser kochen, dann schälen und durch eine Kartoffelpresse drücken. Stärke, Knoblauchgranulat, Paprika, Salz und Pfeffer unterrühren und abschmecken. Walnussgroße Bällchen formen und in einem Topf mit erhitzten Öl frittieren.

**Für den grünen Spargel:**

400 g grüner Spargel  
½ Zitrone, Saft  
50 g Butter  
Neutrales Pflanzenöl, zum Braten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Holzige Enden vom Spargel abbrechen, bei Bedarf unteres Drittel schälen und scharf in einer Grillpfanne in Öl anbraten. Von allen Seiten grillen und dann mit Zitronensaft ablöschen. Butter mit in die Pfanne geben, Spargel darin schwenken und mit Pfeffer und Salz würzen.

**Für die Sauce hollandaise:**

1 Zitrone, Saft & Abrieb  
3 Eier  
250 g Butter  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einem Topf zerlassen. Eier trennen und Eigelbe auffangen. Eigelbe mit 1 EL Zitronensaft, 3 EL Wasser, etwas Salz und Pfeffer vermengen und über einem Wasserbad cremig aufschlagen. Vom Wasserbad nehmen und flüssige Butter in feinem Strahl einfließen lassen und dabeiiterrühren. Nochmals mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb abschmecken.

**Für das Rinderfilet:**

1 Rinderfilet à 500 g  
1 Knoblauchzehe  
50 g Butter  
2 Zweige Thymian  
1 Zweig Rosmarin  
Neutrales Pflanzenöl, zum Braten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rinderfilet in Medaillons schneiden, mit Öl benetzen und mit etwas Salz würzen. In einer Pfanne scharf von beiden Seiten anbraten und dann die angeprüllte Knoblauchzehe mit Schale, Thymian, Rosmarin und Butter mit in die Pfanne geben. Fleisch immer wieder mit aromatisierter Butter übergießen bis der gewünschte Garpunkt erreicht ist.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Lukas Bednarz

## Fischstäbchen mit würziger Crème fraîche, Parmesan-Kartoffelspalten und grünem Salat

Zutaten für zwei Personen

### Für die Fischstäbchen:

300 g Lachsfilet, ohne Haut  
3 Eier  
Mehl, zum Mehlieren  
Panko, zum Panieren  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lachs in Stäbchen schneiden und kräftig mit Pfeffer würzen. Nun in Mehl wenden, durch verquirltes Ei ziehen und in Panko wenden. In einer Pfanne mit reichlich Öl von allen Seiten goldgelb braten. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

### Für die Parmesan-Kartoffelspalten:

6 festkochende Drillinge  
1 Prise Knoblauchpulver  
4 Halme Schnittlauch  
3 EL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln halbieren und in gesalzenem Wasser 10 Minuten vorkochen.

Olivenöl, Knoblauchpulver, Salz und Pfeffer nacheinander zu den Kartoffeln geben und immer wieder gut vermengen.

Kartoffeln auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech verteilen und etwa 25 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben. Am Schluss mit Schnittlauch garnieren.

### Für den Dip:

1 Gewürzgurke  
1 Zwiebel  
½ Zitrone, Saft  
150 g Crème fraîche  
1 EL mittelscharfer Senf  
½ Bund glatte Petersilie  
1 EL neutrales Pflanzenöl

Crème fraîche, Senf und gewürfelte Gewürzgurke zusammen mit der gehackten Petersilie, etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer vermischen. Zwiebel abziehen und fein reiben. Mit unter den Dip rühren.

### Für den grünen Salat:

¼ Kopfsalat  
½ Salatgurke  
1 Tomate  
¼ Zwiebel  
2 EL Weißweinessig  
¼ TL mittelscharfer Senf  
4 Halme Schnittlauch  
2 Zweige glatte Petersilie  
1 Prise Zucker  
3 EL neutrales Pflanzenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salat waschen, Tomate halbieren und Gurke in Scheiben schneiden.

Alles miteinander in einer Schüssel vermengen.

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Essig, Senf, 1 Prise Salz, Pfeffer, Zucker und Zwiebel mit dem Schneebesen verrühren bis sich Zucker und Salz aufgelöst haben. Öl tropfenweise einfließen lassen und unterrühren. Petersilie und Schnittlauch fein hacken und unter Dressing rühren. Dressing ziehen lassen und kurz vor dem Servieren über den Salat geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Sollten Sie **Lachs** verarbeiten wollen, dann greifen Sie auf pazifischen Lachs zurück. Laut WWF sind Fische aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand Mai 2024):

- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Alaska, Wildfang (alle Fangmethoden)
- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Kanada, Buckellachs (*Oncorhynchus gorbuscha*), Ketalachs (*Oncorhynchus keta*): Umschließungsnetze (Ringwaden), Haken und Langleinen (Schleppangeln)



Rita Mieth

## Panierte Spargelröllchen mit Salsa verde und Kartoffel-Gurken-Salat

Zutaten für zwei Personen

### Für den Kartoffel-Gurken-Salat:

10 Drillinge  
1 Salatgurke  
½ Bund Schnittlauch  
25 ml heller Balsamico  
50 ml Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln in einem Topf mit Salzwasser aufsetzen und bissfest garen. Salatgurke waschen und ein paar Streifen der Schale abziehen, sodass grüne Streifen stehen bleiben. In feine Scheiben hobeln und in ein Sieb über eine Schüssel geben. Gut salzen und Balsamico dazugeben. Etwas stehen lassen damit sich das Gurkenwasser bildet. Kartoffeln abgießen und so heiß wie möglich schälen. Mit der ausgedrückten Gurke und Gurkenwasser vermengen. Mit Olivenöl, Pfeffer und Salz herzhaft abschmecken. Wenn möglich warm servieren.

### Für die Spargelröllchen:

4 Stangen weißer Spargel, etwa 1,5 cm Durchmesser  
2 Stangen grüner Spargel  
10 Scheiben Serranoschinken  
2 Scheiben Edamer, 14 x 10 cm groß  
2 Eier  
20 g Butter  
Butterschmalz, zum Braten  
25 g Mehl  
75 g Semmelbrösel  
2 TL Zucker  
Salz, aus der Mühle  
Zahnstocher, zum Fixieren

Weißer Spargel schälen, vom grünen Spargel die Enden abbrechen und unteres Drittel bei Bedarf schälen. Schalen waschen und dann mit Zucker und etwas Salz in eine Pfanne mit Butter geben und andünsten. Mit 500 ml Wasser ablöschen und aufkochen. Zuerst den weißen Spargel in das kochende Wasser geben, dann 5 Minuten später den grünen Spargel und bei mittlerer Temperatur bissfest garen. Herausnehmen und kurz auskühlen lassen. Je zwei weiße und einen grünen Spargel zuerst mit Käse dann mit Schinkenscheiben umwickeln und mit den Zahnstochern fixieren. Aus Mehl, verquirltem Ei und Semmelbröseln eine Panierstraße bereitstellen und Röllchen panieren. Reichlich Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Spargelröllchen von jeder Seite etwa 1 ½ Minuten goldgelb ausfrittieren. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

### Für die Salsa verde:

1 Bund glatte Petersilie  
2 Zweige Basilikum  
2 Zweige Minze  
1 Knoblauchzehe  
1 Zitrone, Saft  
1 eingelegtes Sardellenfilet  
1 TL Kapern  
1 EL körniger Dijonsenf mit Weißwein  
25 ml heller Balsamico  
60 ml Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Blätter von Petersilie, Basilikum und Minze vom Stiel abziehen. Knoblauch abziehen, Zitrone halbieren und auspressen. Kräuter, Knoblauch und Zitronensaft zusammen mit Senf, Kapern, Sardellenfilet, Balsamico und Olivenöl in einen Multizerkleinerer geben und aufmixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Gert Genscke**

## **Fregola-sarda-Pastasotto mit Paprika und Frikadelle**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für die Fregola sarda:**

- 120 g Fregola sarda
- 2 Schalotten
- 1 rote Paprika
- 1 grüne Paprika
- 2 San-Marzano-Tomaten, aus der Dose
- 100 g Guanciale, benötigt wird nur das weiße Fett
- 80 g Taleggio, ohne Schale
- 100 ml heller Martini
- 150 ml Gemüsefond
- 2 EL gemahlener Vadouvan
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Guanciale in einer Pfanne ohne Fett am Stück von allen Seiten anbraten. Schalotten abziehen und fein würfeln. Guanciale aus der Pfanne nehmen und Schalotten im Guanciale-Fett anbraten. Fregola sarda dazugeben, kurz andünsten und mit Martini ablöschen. Fond angießen und umrühren. Paprika waschen, halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. In Würfel schneiden. Mit in die Fregola sarda geben und alles mit Vadouvan, Salz und Pfeffer abschmecken. Gebratenen Guanciale in feine Würfel schneiden. Tomaten abgießen und würfeln. Mit in die Pfanne geben und unterrühren. Kurz vor Ende der Garzeit Taleggio in kleine Stücke zupfen und unterrühren bis sie sich aufgelöst haben.

### **Für die Frikadellen:**

- 200 g grobe Kalbsbratwurst
- 100 g gemischtes Hackfleisch
- 2 Scheiben Toastbrot
- 80 g Bergkäse
- 2 Eier
- 50 ml Kaffeesahne
- Butterschmalz, zum Braten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Bratwurst von der Pelle befreien und dann in einer Schüssel mit dem Hackfleisch vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Rinde vom Toast entfernen und Scheiben in Kaffeesahne einweichen lassen. Dann ausdrücken und zerbröseln. Bergkäse fein reiben. Toast und Käse unter die Hackmasse heben. Alles gut durchkneten und zu einer Frikadelle formen. Bei Bedarf mit einem Servierring in Form bringen. In einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten braten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Hanna Köhler

## Zweierlei Maultasche mit geschmelzten Zwiebeln und Cherrytomaten

Zutaten für zwei Personen

### Für den Nudelteig:

1 Ei  
250 g Mehl  
100 g Hartweizengrieß  
1 TL Salz

Das Mehl mit Grieß, Ei und Salz in einer Nudelmaschine vermengen und per Hand zu einem homogenen Teig kneten. Zum Ruhen in den Kühlschrank geben.

### Für die Hackfleischfüllung:

200 g gemischtes Hackfleisch  
1 feine Bratwurst  
½ Zwiebel  
2 Zweige krause Petersilie  
Neutrales Pflanzenöl, zum Braten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und fein hacken. In einer Pfanne mit Öl zusammen mit dem Hackfleisch andünsten. Abkühlen lassen. Petersilie fein hacken und Bratwurst aus der Haut drücken. Brät und Petersilie unter Hackfleisch heben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

### Für die Spinatfüllung:

250 g Blattspinat  
½ Zwiebel  
125 g Ricotta  
20 g Parmesan  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Spinat waschen und trockenschleudern. Zwiebel abziehen und fein hacken. Beides zusammen in einer Pfanne andünsten bis der Spinat zusammengefallen ist. Mit Salz und Pfeffer würzen. Parmesan reiben und zusammen mit Ricotta unter Spinat rühren.

### Für die Fertigstellung:

1 Ei  
100 g Butter  
1 L Rinderfond

Nudelteig dünn ausrollen und in Bahnen schneiden. Füllungen jeweils portionsweise auf die Bahnen setzen und Ränder mit Ei bestreichen. Nudelplatten einschlagen und gut festdrücken. Dann in Maultaschen schneiden. In siedendem Fond etwa 10 Minuten ziehen lassen.

### Für die geschmelzten Zwiebeln und Cherrytomaten:

8 Cherrytomaten am Strunk  
2 Zwiebeln  
50 g Butter  
100 ml Weißwein  
Salz, aus der Mühle

Zwiebeln abziehen und in Ringe schneiden. Cherrytomaten am Strunk waschen. Zwiebeln in einer Pfanne mit Butter anbraten und dann mit Weißwein ablöschen. Weißwein reduzieren lassen. Cherrytomaten am Strunk mit in die Pfanne geben und kurz mit dünsten. Beides mit Salz würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Alexander Schima

## **Bauern-Cordon-bleu mit Kürbiskern-Panierung, Erbsen-Reis und selbstgemachter Preiselbeermarmelade**

Zutaten für zwei Personen

### **Für das Bauern-Cordon-bleu:**

500 g Kalbfleisch von der Oberschale  
 200 g geräucherter Bauchspeck in Scheiben  
 200 g Champignons  
 2 gelbe Zwiebeln  
 100 g Gouda in Scheiben  
 3 Eier  
 50 g Butter  
 Butterschmalz, zum Frittieren  
 30 g Kürbiskerne  
 2 Gewürznelken  
 100 g Mehl, Type 550  
 300 g Semmelbrösel  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Kalbfleisch portionieren und einschneiden, sodass eine Tasche entsteht. Zwiebeln abziehen und würfeln, Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Speck würfeln. Alles zusammen mit Nelken in einer Pfanne mit Butter anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch aufklappen, eine Scheibe Käse und etwas von den angebratenen Champignons hineingeben. Zusammenklappen. Eier verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. Kürbiskerne in einem Multizerkleinerer klein hacken und mit Semmelbröseln mischen. Mit Mehl, Eiern und Bröseln eine Panierstraße aufstellen und Fleisch darin panieren. In einer hohen Pfanne mit reichlich Öl ausbacken.

### **Für den Erbsen-Reis:**

150 g Langkornreis  
 60 g Erbsen  
 Salz, aus der Mühle

Reis in einem Topf mit Salzwasser 20 Minuten garkochen. Nach etwa 10 Minuten Erbsen mit dazu geben und mit garen.

### **Für die Preiselbeermarmelade:**

100 g TK-Preiselbeeren  
 35 g Gelierzucker  
 1 Prise gemahlene Nelken

Preiselbeeren in einen Topf geben und Zucker, sowie Nelken miteinander aufkochen und dann 10 Minuten köcheln lassen. Bis zum Servieren kaltstellen.

### **Für die Garnitur:**

2 Zweige krause Petersilie  
 ½ Zitrone

Blätter von Petersilie abzupfen. Zitrone vierteln.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.