

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 27. Mai 2024 ▪
Leibgericht mit Cornelia Poletto



Eric-Noah Langenfeld

Entrecôte mit Pfeffersauce, cremiger Rosmarin-Polenta, grünem Spargel und geschmorten Schalotten

Zutaten für zwei Personen

Für das Entrecôte:

2 dicke Stücke Entrecôte vom US-Beef,
 ca. 2-3 fingerbreit
 Butter, zum Braten
 Pflanzenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 150 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Pflanzenöl in einer Pfanne aus Gusseisen erhitzen und das Fleisch darin von beiden Seiten scharf anbraten. Etwas Butter in die Pfanne geben und das Fleisch damit arrosieren. Anschließend das Fleisch auf ein Backblech legen und im Backofen auf eine Kerntemperatur von, je nach Geschmack, 54-56 Grad garen.

Für die Pfeffersauce:

2 EL eingelegte grüne Pfefferkörner
 1 Knoblauchzehe
 1 große Schalotte
 80 ml Sahne
 Kalte Butter, zum Binden
 300 ml Rinderfond
 80 ml Weißwein
 Worcestershiresauce, zum
 Abschmecken
 Sojasauce, zum Abschmecken
 2 Zweige Rosmarin
 2 Zweige Thymian
 Ggf. Stärke, zum Binden
 Pflanzenöl, zum Braten
 Salz, zum Abschmecken

Schalotten und Knoblauch abziehen und fein schneiden. Öl in der Steakpfanne erhitzen und Knoblauch und Schalotte darin glasig anschwitzen. Kräuter hinzugeben, mit Weißwein ablöschen und mit Rinderfond auffüllen. Das Ganze etwas reduzieren lassen. Pfefferkörner und Sahne hinzugeben. Sauce nochmals aufkochen lassen. Mit Sojasauce, Worcestershiresauce und ggf. Salz abschmecken. Sauce nach Belieben mit kalter Butter oder Stärke abbinden.

Für die Polenta:

75 g Polenta
 50 g Parmesan
 1 EL Butter
 150 ml Sahne
 100 ml Milch
 250 ml Hühnerfond
 2 Zweige Rosmarin
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Parmesan reiben. Rosmarin waschen, trockenwedeln, Blätter vom Zweig streifen und fein schneiden. Polenta mit Hühnerfond zusammen in einen Topf geben und aufkochen lassen. Anschließend von der Hitze nehmen und quellen lassen. Dabei gelegentlich umrühren. In einem weiteren Topf Milch erwärmen, Butter darin auflösen. Sahne, geschnittenen Rosmarin und die warme Milch zu der Polenta geben und solange rühren bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Mit Parmesan verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Spargel: Spargelenden abschneiden und im unteren Drittel schälen. Butter in einer Pfanne zerlassen und den Spargel darin kurz rösten. Mit Salz und Zucker würzen.
200 g grüner Spargel
Butter, zum Braten
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Schalotten: Backofen auf 230 Grad erhöhen. Schalotten abziehen und je nach Größe eventuell halbieren. Schalotten in eine Auflaufform legen mit etwas Olivenöl, zum Beträufeln Olivenöl beträufeln und leicht salzen. Schalotten im Ofen ca. 35 Minuten schmoren lassen.
5 Bananenschalotten
Olivenöl, zum Beträufeln
Salz, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Mirjam Zelt

Walnuss-Gorgonzola-Käsespätzle mit Schmelzzwiebeln, Birne, gerösteten Walnüssen und Rucola-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für die geschmolzenen Zwiebeln:
2 große rote Zwiebeln
Pflanzenöl, zum Braten

Die Zwiebeln abziehen und in gleichmäßige Ringe schneiden. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin langsam dünsten.

Für den Spätzleteig:
2 Eier
½ EL Butter
110 ml Milch
200 g Spätzlemehl
50 g gemahlene Walnüsse
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle

Mehl, Milch und Eier mit einer Prise Muskatnuss und Salz in der Küchenmaschine zu einem glatten Spätzleteig vermischen. Anschließend die gemahlene Walnüsse hinzugeben und den Teig für 10 Minuten ruhen lassen. Spätzle in kochendes Salzwasser über ein Spätzlebrett hobeln. Die Spätzle sind fertig, wenn sie oben schwimmen. Die fertiggekochten Spätzle in einen Topf mit etwas geschmolzener Butter geben und warmhalten.

Für die Fertigstellung der Spätzle:
200 g Emmentaler
110 g milder Gorgonzola
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Emmentaler reiben. Gorgonzola in kleine Stücke schneiden. Butter in einem Topf schmelzen. Käse zu den Spätzle geben und verrühren. Sollten die Spätzle zu trocken sein, etwas Kochwasser hinzugeben.

Für die Birne:
1 Birne
1 EL Butter

Birne schälen, Kerngehäuse entfernen und Fruchtfleisch würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Birne darin schwenken.

Für die gerösteten Walnüsse:
80 g Walnüsse

Walnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Für den Salat:
80 g Rucola
1 Birne
5 Walnüsse
2 TL flüssiger Honig
20 ml heller Balsamico Essig
3 Zweige Thymian
40 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Birne schälen, Kerngehäuse entfernen und in feine Würfel schneiden. Walnüsse grob zerkleinern. Rucola waschen und trockenschleudern. Thymian waschen, trockenwedeln, die Blätter abstreifen und fein schneiden. Für das Dressing Essig und Honig miteinander vermengen, mit Salz Thymian hinzugeben und anschließend das Öl einrühren. Dressing und Rucola kurz vor dem Servieren miteinander vermengen und mit Birne und Walnüssen garnieren.

Für die Garnitur:
½ Bund Schnittlauch
2 EL Preiselbeeren, aus dem Glas
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schnittlauch waschen, trockenwedeln und in feine Röllchen schneiden. Mit Preiselbeeren und Pfeffer garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Otis Palan

Zweierlei Semmelknödel mit Pilzrahm und Gurkensalat

Zutaten für zwei Personen

Für den Knödel-Grundteig:

3 altbackene Brötchen
3 altbackene Laugenbrötchen
200 g Semmelbrösel
3 Zwiebeln
3 Eier
40 g Butter
200 ml Milch
1 Bund Petersilie
1 TL Salz
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Brötchen in kleine, gleichmäßige Würfel schneiden und in eine große Schüssel geben. Eier und Milch hinzugeben und vermengen. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Butter in einem Topf schmelzen, Zwiebeln darin anschwitzen und anschließend ebenfalls unter die Semmelknödel-Masse heben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Ebenfalls unter die Masse heben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Den Teig für die weitere Verarbeitung in zwei Teile teilen.

Für die Parmesan-Knödel:

150 g Parmesan

Parmesan reiben und unter die Knödelmasse heben. Anschließend mit feuchten Händen zu gleichgroßen Knödeln formen.

Für die Spinat-Knödel:

300 g frischer Spinat
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Spinat waschen, trockenschleudern und zerkleinern. Spinat in einer Pfanne zusammenfallen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und etwas abkühlen lassen. Spinat mit Knödelmasse vermengen und mit feuchten Händen zu gleichgroßen Knödeln formen.

Für die Fertigstellung der Knödel:

Spinat- und Parmesan-Knödel ca. 20 Minuten in Salzwasser sieden lassen.

Für die Sauce:

500 g braune Champignons
20 g getrocknete Steinpilze
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone, ganze Frucht
80 g Parmesan
300 ml Sahne
500 ml Rinderfond
Pflanzenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Steinpilze in Wasser für 30 Minuten einweichen. Anschließend abgießen und abtropfen lassen. Parmesan reiben und Beiseite stellen. Knoblauch abziehen und fein schneiden. Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Champignons und Knoblauch darin anbraten. Steinpilze hinzugeben und kurz mitbraten. Mit Fond ablöschen, kurz einköcheln lassen und mit Sahne auffüllen. Parmesan einrühren und mit Zitronenabrieb und Saft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Salat: Gurke waschen, trockentupfen, halbieren und Kerngehäuse entfernen.
1 Salatgurke Anschließend fein raspeln. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Dill waschen, trockenwedeln und fein schneiden. Aus Essig, 1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe Limettensaft und Öl ein Dressing herstellen und mit Chili, Salz und Pfeffer würzen. Alle Zutaten miteinander vermengen und mit dem Dressing marinieren.
2 EL Himbeeressig
½ Bund Dill
Chiliflocken, zum Würzen
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten und als Garnitur verwenden.
2 EL Pinienkerne

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Monika Bürger

Entenbrust mit Portwein-Schalotten, Kartoffelstroh und Spargel mit Orangen-Hollandaise

Zutaten für zwei Personen

Für die Entenbrust:

2 Entenbrüste
Salzflocken, zum Würzen
Schwarzer Kampot-Pfeffer, zum Würzen
Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

Entenbrust waschen, putzen, eventuelle Federrückstände entfernen und salzen. In einer Pfanne ohne Fett auf der Hautseite anbraten, kurz auf der Fleischseite anbraten und auf den Rost des Backofens bei 160 Grad bis zu einer Kerntemperatur von 59-60 Grad garen. Pfanne mit Fett für die Portwein-Schalotten aufgestellt lassen.

Nach Erreichen der Garzeit die Entenbrust in Alufolie wickeln und 10 Minuten ruhen lassen, danach in Scheiben schneiden und mit schwarzem Kampot-Pfeffer und Salzflocken würzen.

Für die Portwein-Schalotten:

6 Schalotten
200 ml Portwein
100 ml trockener Rotwein
Salz, aus der Mühle

Schalotten abziehen und im Bratfett der Entenbrust kurz anbraten.

Anschließend salzen und mit Portwein und Rotwein ablöschen. Wein für 20 Minuten reduzieren lassen und nach Geschmack nochmals mit Salz abschmecken.

Für das Kartoffelstroh:

2 mittelgroße vorwiegend festkochende
Kartoffeln
Pflanzenöl, zum Frittieren
Piment d'Espelette, zum Würzen
Salz, aus der Mühle

Öl in einem Topf oder in einer Fritteuse auf 170 Grad erhitzen. Kartoffeln in sehr, sehr feine Streifen schneiden. Mit Küchenpapier die Feuchtigkeit abtropfen. Kartoffelstreifen im heißen Fett goldgelb ausbacken, herausnehmen, abtropfen lassen und mit Salz und Piment d'Espelette würzen.

Für den Spargel:

6 Stangen weißer Spargel
Salz, aus der Mühle

Unteres Drittel der Spargelstangen abschneiden und die Stangen gründlich schälen. Anschließend in Salzwasser für 15 Minuten kochen.

Für die Orangen-Hollandaise:

1 Orange, Abrieb & Saft
3 Eier
250 g Butter
1 EL Schmand
1 TL Dijonsenf

Butter in einem Topf schmelzen. Orangenschale reiben und auffangen. Saft auspressen und auffangen. Eier trennen und Eigelb auffangen. Eigelb in ein hohes, schmales Gefäß geben. Dijonsenf, Schmand, eine Prise Salz und Orangensaft hinzugeben. Mit einem Stabmixer mixen. Nach und nach die geschmolzene Butter hinzufügen, bis eine cremige Konsistenz entsteht. Mit Orangenabrieb, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Oliver Hagen

Labbskaus mit Spiegelei, marinierter Rote Bete und Schwarzbrot-Croûtons

Zutaten für zwei Personen

Für das Labbskaus:

300 g Corned Beef
200 g mehligkochende Kartoffeln
220 g vorgekochte Rote Bete
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
100 g Butter
100 ml Sahne
100 ml Gewürzgurkenwasser
Pflanzenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in einem Topf mit Salzwasser kochen. Rote Bete vierteln und nach 15 Minuten Kochzeit zu den Kartoffeln geben.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin anbraten. Corned Beef würfeln und mit in die Pfanne geben.

Nach etwa 25 Minuten Garzeit Kartoffeln und Rote Bete abgießen, kurz ausdämpfen lassen und mit dem Pürierstab grob pürieren. Zwiebeln, Knoblauch und Corned Beef zu den gestampften Kartoffeln geben. Mit Butter, Sahne, Gewürzgurkenfond, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die marinierte Rote Bete:

100 g vorgekochte Rote Bete
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone, Saft
1 TL gemahlener Kreuzkümmel
2 EL Rapsöl
Salz, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und fein würfeln. Rote Bete in dünne Scheiben hobeln und vorsichtig mit Knoblauch vermengen. Mit etwas Zitronensaft beträufeln und mit Kreuzkümmel würzen. Das Ganze in einen Topf geben und bei kleiner Hitze 4-5 Minuten erhitzen. Anschließend mit Salz würzen und mit Rapsöl marinieren.

Für die Schwarzbrot-Croûtons:

2 Scheiben Schwarzbrot
Butter, zum Braten
Salz, aus der Mühle

Brot in gleichmäßige Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen. Brot darin knusprig anbraten. Auf Küchentrepp abtropfen lassen und mit Salz würzen.

Für das Spiegelei:

2 Eier
2 EL Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einer Pfanne erhitzen und die Eier zu Spiegeleiern darin braten. Das Eigelb sollte noch flüssig sein. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnitur: Gewürzgurken in dünne Scheiben schneiden und leicht pfeffern.
2 Matjes Fische auf marinierter Rote Bete platzieren.
2 Rollmöpse
2 große Gewürzgurken
4 Zweige glatte Petersilie
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF sind **Heringe** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen.
(Stand Mai 2024):

- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27, Nordsee (ICES 4), Östlicher Ärmelkanal (ICES 7.d), Irische See (ICES 7.a Nord), Golf von Riga (ICES 28.1), Island (ICES 5.a) (Pelagische Schleppnetze, Umschliessungsnetze (Ringwaden))



Marie Bernhardt

Vegetarische Klopse „Königsberger Art“ mit Basmati und grünem Salat

Zutaten für zwei Personen

Für die Klopse:

200 g Tofu
1 Zitrone, Abrieb
1 Ei
1 TL mittelscharfer Senf
1 EL gemahlene Mandeln
½ Bund glatte Petersilie
1 EL Semmelbrösel
Etwas Mehl, für Bindung
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Tofu gut abtropfen lassen und in Würfel schneiden. Würfel mit einer Gabel zerbröseln oder mit der Küchenmaschine zerkleinern. Petersilie waschen, trockenschütteln und fein hacken. Zitronenschale fein abreiben. Tofu, Petersilie, Zitronenschale, Ei, Mandeln, Semmelbrösel, Salz und Pfeffer mit den Händen vermengen. Ggf. mit etwas Mehl die Masse binden. Aus der Masse kleine Knödel formen, etwas größer als Tischtennisbälle.

Die Knödel in leicht köchelndes Salzwasser geben und im offenen Topf ca. 10 Minuten gar ziehen lassen. Das Wasser sollte dabei nicht kochen.

Für die Sauce:

2 EL kleine Kapern
1 Zitrone, Saft
3 EL Butter
100 ml Sahne
500 ml Gemüsefond
125 ml trockener Weißwein
2 EL Mehl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einem Topf schmelzen lassen. Mehl hinzugeben. Sobald das Mehl goldgelb ist, Gemüsefond mit dem Schneebesen nach und nach hinzugegeben. Anschließend Wein hinzugeben. Sauce bei schwacher Hitze ca. 5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Anschließend Kapern und Sahne unter die Sauce rühren. Die Sauce mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Reis:

120 g Basmati-Reis
Salz, aus der Mühle

Reis in 240 ml gesalzenem Wasser bissfest kochen.

Für den grünen Salat:

1 kleiner Kopfsalat
1 kleine Zwiebel
1 Zitrone, Saft
½ Bund glatte Petersilie
½ Bund Schnittlauch
1 EL Sonnenblumenöl
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle

Salat waschen, grob zupfen und trockenschleudern.

Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Kräuter waschen, trockenwedeln und fein schneiden. Salat und Kräuter vermengen. 3 Esslöffel Wasser mit 1 Esslöffel Zitronensaft verrühren und mit Salz und Zucker abschmecken. Öl einrühren. Dressing und Salat miteinander vermengen und ggf. nochmal abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.