

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 16. August 2021** ▪
Leibgericht mit Nelson Müller



Christine Fischer

Maultaschen mit Hackfüllung, Zwiebelschmelze und Champignon-Feldsalat mit Meerrettich-Dressing

Zutaten für zwei Personen

Für die Maultaschen:

- 150 g gemischtes Hackfleisch (Schwein und Rind)
- 3 Eier
- 150 ml Milch
- 1 Brötchen
- 100 g Mehl
- 1 Bund glatte Petersilie
- 50 ml Rinderfond
- 100 ml Mineralwasser

Zwei Eier mit dem Mehl zu einem Teig vermengen und kurz ruhen lassen. Brötchen in Milch einweichen und ausdrücken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Brötchen, Petersilie, Hackfleisch und Mineralwasser zu einer Masse kneten. Das übrige Ei trennen und das Eiweiß auffangen. Den Teig mit einer Nudemaschine ausrollen, in rechteckige Stücke schneiden und mit der Hackfleisch-Masse belegen, die Ränder frei lassen. Den unteren Teigrand über die Füllung klappen. Den schmalen Rand mit Eiweiß bestreichen und gut andrücken. Einen Topf mit Wasser und Fond zusammen aufkochen und die Taschen darin circa 7 Minuten gar kochen.

Für den Champignon-Salat mit Meerrettich-Dressing:

- 125 g Feldsalat
- 1 rote Zwiebel
- 4 braune Champignons
- 3 cm Meerrettich
- 5 EL fettreduzierte Sahne (7 %)
- 1,5 EL mittelscharfer Senf
- 2 EL Honig
- 2 EL Reisessig
- 3 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle

Salat waschen, trockenschleudern und in eine Schüssel geben. Zwiebel schälen und fein würfeln. Pilze putzen, in Scheiben schneiden und mit 1 EL Reisessig marinieren. Danach alles zum Salat geben.

Für das Dressing Senf, Honig, Salz und Essig mixen und langsam Öl hinzufügen. 4 EL Meerrettich reiben und mit Sahne dazugeben.

Das Dressing mit Salat und Champignons vermengen und servieren.

Für die Zwiebelschmelze:

- 100 g Butter
- 1 weiße Zwiebel

Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel schälen, fein hacken und in der Butter köcheln lassen. Zum Schluss über die Maultaschen geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Tobias Theis

Königsberger Klopse mit Basmati

Zutaten für zwei Personen

Für die Brühe:

1,5 L Rinderfond
3 Zwiebeln
3 Lorbeerblätter
3 Pimentkörner
3 Pfefferkörner

Die Zwiebeln abziehen und halbieren. Fond mit Zwiebeln, Lorbeerblättern, Piment- und Pfefferkörnern zehn Minuten kochen lassen.

Für die Klöße:

500 g gemischtes Hackfleisch (Schwein und Rind)
1 Zwiebel
1 Brötchen vom Vortag
1 Ei
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und fein hacken. Brötchen in Wasser einweichen.

Das Hackfleisch mit Zwiebeln, eingeweichtem Brötchen und Ei vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Hackfleisch-Masse zu Kugeln formen und in der hergestellten Brühe gar ziehen lassen. Klöße herausnehmen und einen Liter von der Brühe für die Sauce zur Seite stellen.

Für den Reis:

200 g Basmati
Salz, aus der Mühle

Reis mit der doppelten Menge Wasser und etwas Salz in einem Topf gar kochen.

Für die Sauce:

100 ml Sahne
1 Ei
10 Kapern
50 g Butter
50 g Mehl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einem Topf schmelzen und mit einem Schneebesen Mehl einrühren. Ein wenig von der zurückgelegten Brühe dazugeben und verrühren. Nach und nach die übrige Brühe dazugießen, bis die Sauce die richtige Konsistenz hat. Kapern und $\frac{1}{4}$ der Sahne dazugeben. Ei trennen und das Eigelb auffangen.

Den Topf vom Herd nehmen und restliche Sahne und das Eigelb in die Sauce einrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Klöße in die Sauce geben und alles noch einmal leicht erhitzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Anja Feldwieser-Stütz

Rehrücken mit Schokoladensauce, Zuckerschoten, Erbsenpüree und Wildkräutersalat

Zutaten für zwei Personen

Für den Rehrücken:

2 Rehrücken, à 300 g
 3 Knoblauchzehen
 2 Stängel Rosmarin
 1 Stängel Thymian
 5 Wacholderbeeren
 2 EL Butterschmalz
 3 EL Butter
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorwärmen.

Rehrücken abwaschen und trockentupfen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, Fleisch rundherum kurz anbraten und für sechs Minuten im Ofen ruhen lassen, bis die Kerntemperatur von 57 Grad erreicht hat.

Rosmarin und Thymian abrausen und trockenwedeln. Knoblauch abziehen und fein hacken. Butter mit Rosmarin, Thymian, Knoblauch und Wacholder vermengen.

Rehfleisch aus dem Ofen nehmen und kurz in der Gewürzbutter schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Erbsenpüree:

500 g TK Erbsen
 250 ml Sahne
 2 EL Butter
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Butter in einem Topf zergehen lassen. Erbsen mit heißem Wasser abspülen und abgießen, danach abtropfen lassen. In die noch heiße Butter geben. Mit der Sahne aufgießen, kurz aufkochen lassen und anschließend mit dem Pürierstab zu einer cremigen Masse pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Falls es zu fest wird, noch einen Schuss Milch dazu gießen.

Für den Wildkräutersalat

200 g Wildkräutermischung
 1 Zitrone
 100 ml Balsamicoessig
 1 TL Brombeer-Balsamcreme
 100 ml Omega 3 Öl
 Brombeeren, zum Garnieren
 Schwarze Johannisbeeren, zum Garnieren
 Kresse, zum Garnieren
 Salz, zum Garnieren
 Schwarzer Pfeffer, zum Garnieren

Salat waschen und trockenschütteln. Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Mit Balsamicoessig, Brombeer-Balsamcreme und Omega 3 Öl zu einer Marinade vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Marinade mit Salat vermischen und mit Brombeeren, Johannisbeeren und Kresse verzieren.

Für die Schokoladensauce:

10 g Zartbitterschokolade, 70 % Kakao
 6 Schalotten
 1 Stängel Thymian
 1 Stängel Rosmarin
 200 ml Wildfond
 250 ml Rotwein
 150 ml Portwein
 1 EL Rotweinessig
 200 g Puderzucker
 1 EL kalte Butter

Schalotten abziehen und fein hacken. Thymian und Rosmarin abwaschen und trockenwedeln.

Puderzucker in eine Pfanne sieben, karamellisieren lassen und Schalotten darin andünsten. Kräuter zugeben. Wildfond, Rotwein, Portwein, Rotweinessig, Salz und Pfeffer hinzugeben und einkochen lassen.

Die Sauce durch ein Sieb geben und die Schokolade untermischen. Eventuell noch ein wenig kalte Butter zum Binden dazugeben.

Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Zuckerschoten: Die Zuckerschoten kurz in Olivenöl anschwitzen und mit Salz und Pfeffer leicht abschmecken.
200 g Zuckerschoten
30 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Stephan Christen

Kochkäs-Schnitzel nach hessischer Art mit Kartoffelwürfeln und Kopfsalat mit Kartoffel-Vinaigrette

Zutaten für zwei Personen

Für das Schnitzel:

2 Kalbsschnitzel á 150 g
(ca. 1 cm dick, aus dem Kalbsrücken)
2 Eier
200 g doppelgriffiges Mehl
300 g Semmelbrösel, aus
Kaisersemmeln
500 g Butterschmalz
25 g feines Salz

Die Schnitzel waschen, trockentupfen und in einem Sous Vide Beutel plattklopfen. Die Schnitzel ins Eiswasser einlegen. Eier kräftig verquirlen. Aus Mehl, verquirltem Ei und Semmelbröseln eine Panierstraße bereitstellen.

Die Schnitzel aus dem Eiswasser nehmen, abtropfen lassen und salzen. Danach in Mehl wenden, durch die Eiermasse ziehen und in den Semmelbröseln wenden.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Schnitzel unter permanentem schwenken in der Pfanne ausbacken.

Für den Kochkäse:

70 g Harzer Roller
150 g Sahne Schmelzkäse
300 g Quark, 40 %
40 g Butter
2 TL ganzer Kümmel
¾ TL Natron

Harzer Käse klein schneiden. Butter im Topf schmelzen und den klein geschnittenen Käse darin auflösen. Schmelzkäse einrühren und den Topf vom Herd nehmen. Natron dazugeben und mit dem Quark gut unterrühren.

Den fertigen Kochkäse in ein Schälchen geben und leicht mit Kümmel bestreuen.

Für die Kartoffelwürfel:

300 g festkochende Kartoffeln
1 Bund Schnittlauch
edelsüßes Paprikapulver, zum Würzen
150 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Bunter Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, in 1 cm große Würfel schneiden. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Olivenöl in einer Schüssel vermengen.

Die Kartoffelwürfel auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und im Backofen für ca. 20 min. garen, zwischendurch wenden.

Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und die Kartoffeln damit zum Schluss garnieren.

Für den Salat mit Kartoffel-

Vinaigrette:

60 g Kopfsalat
80 g rote Radieschen
2 mehligkochende Kartoffeln
6 Kirschtomaten
1 rote Zwiebel
½ Zitrone
100 ml Gemüsefond
1 TL Senf
3 EL Apfelessig
1 TL Zucker
4 TL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und 15 Minuten in kochendem Wasser weichkochen.

Kopfsalat waschen, trockenschleudern und klein schneiden. Zwiebel abziehen und in dünne Ringe schneiden. Radieschen in Scheiben schneiden und die Tomaten vierteln.

Gemüsefond aufkochen und mit Senf, Apfelessig, Salz, Pfeffer, Zucker und Öl würzen. Kartoffeln in die Brühe geben, mit der Gabel zerdrücken und mit einem Stabmixer glattmixen.

Kopfsalat mit den roten Zwiebeln, Radieschen und Tomaten vermengen und mit der Vinaigrette verrühren.

Eine Zitronenhälfte in einem Netz bzw. Serviertuch zubinden und mit anrichten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Theresa Fellner

Tagliatelle frutti di mare

Zutaten für zwei Personen

Für die Tagliatelle:

100 g griffiges Weizenmehl (Typ 480)
30 g normales Weizenmehl
100 g Hartweizengrieß
2 Eier
1 Msp. Kurkuma
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Griffiges Weizenmehl, für die
Arbeitsfläche

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorwärmen.

Die 100 g und 30 g Weizenmehl mit Hartweizengrieß, Eier, Kurkuma, Olivenöl und Salz vermengen und zu einem elastischen Teig verkneten. Mit einer Klarsichtfolie umwickeln und im Kühlschrank für 15 Minuten ruhen lassen. Danach den Pasta-Teig mit der Nudelmaschine zu Tagliatelle verarbeiten. Auf einem Backblech gut mit Mehl vermengen, damit sie nicht verkleben.

In Salzwasser gar kochen und nach etwa 4 Minuten abschütten.

Für die Sauce mit Meeresfrüchten:

6 Riesengarnelen, mit Kopf und Schale
100 g Baby-Calamaretti
150 g Miesmuscheln
100 g Knollensellerie
1 Karotte
3 Schalotten
2 Knoblauchzehen
2 Zitronen
2 Stiele Basilikum
100 g Parmesan
150 ml Sahne
150 g passierte Tomaten
500 ml Fischfond
200 ml trockener Weißwein
2 cl Anisschnaps
1 EL Tomatenmark
1 Msp. Safran
2 EL brauner Zucker
Chili, aus der Mühle
Olivenöl, zum Anbraten
Meersalz, zum Würzen
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Schalotten und Knoblauch abziehen und fein hacken. Karotte und Sellerie schälen und fein würfeln. Die Schale von zwei Riesengarnelen ablösen und die Schwänze aufbewahren. Nur die Schale und Garnelenköpfe zusammen mit Schalotten, Sellerie, Karotte, Tomatenmark, passierte Tomaten, geriebener Parmesan und braunem Zucker in Olivenöl scharf anrösten. Mit Wein, Fischfond und Anis ablöschen. Safran, Chili, Salz und Pfeffer hinzugeben und aufkochen lassen. Die zwei übrigen Garnelenschwänze nun auch hineingeben und mitköcheln lassen.

Garnelenschalen herausnehmen und den ganzen Rest zu einer sämigen Sauce pürieren. Die Sahne hinzugeben und einrühren. Mit Safran, Chili, Salz, Pfeffer und jeweils 1 TL Zitronenabrieb und Saft abschmecken.

Die Muscheln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten, entbarren und geöffnete Muscheln aussortieren. Einen Topf mit Wasser aufsetzen, die Muscheln hineingeben und in siedendem Wasser kochen lassen bis sie sich öffnen, danach in die Sauce geben.

Olivenöl in einer zweiten Pfanne erhitzen. Calamaretti waschen, trockentupfen und in kleine Ringe schneiden. Die übrigen 4 Riesengarnelen entdarmen und mit Calamaretti anbraten. Mit etwas Meersalz würzen.

Eine halbe Zitrone und ein paar Basilikumblätter zum Garnieren verwenden.



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. (Stand Oktober 2020)

Unter dem Sammelbegriff „Tintenfisch“ kommen viele verschiedene Arten auf den Markt. Laut WWF sind vor allem die Kalmare Loligo (MSC-

Zertifizierung, Fanggebiete Nordostatlantik FAO 27, Südostatlantik FAO 47, Fangmethoden Handleinen und Angelleinen (mechanisiert)), die Humboldt-Kalmare (Fanggebiet Südostpazifik FAO 87: Peru; Fangmethoden Handleinen und Angelleinen (mechanisiert)), die Pfeilkalmare (Fanggebiet Nordwestlicher Pazifik FAO 61, Fangmethode Hebenetze; Fanggebiet Nordostatlantik FAO 27, Mittlerer Ostatlantik FAO 34, Fangmethoden Handleinen und Angelleinen (mechanisiert)), sowie die Sepien (Fanggebiet Mittlerer Ostatlantik FAO 34, Fangmethoden Fallen, Reusen, Handleinen; Fanggebiet Nordostatlantik FAO 27, Östlicher Indischer Ozean FAO 57, Fangmethode Handleinen) empfehlenswert.

Für die Garnitur: Tomaten mit Honig einstreichen und mit Meersalz bestreuen. Für 20 Minuten im Ofen grillen.
1 Rispe Cocktailtomaten
1 EL Honig
1 TL Meersalz

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Felix Bernholz

Hähnchengeschnetzeltes mit Paprika-Rahmsauce, Salzkartoffeln und Gurkensalat

Zutaten für zwei Personen

Für das Hähnchengeschnetzelte mit

Sauce:

- 400 g Hähnchenbrust Innenfilet
- 1 rote Paprika
- 1 rote Zwiebel
- 400 ml Sahne
- 1 EL edelsüßes Paprikapulver
- 1 TL rosenscharf Paprikapulver
- 1 TL Knoblauchpulver
- Olivenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Kartoffeln:

- 500 g vorwiegend festkochende Kartoffeln
- ½ TL Salz

Für den Gurkensalat:

- 1 Gurke
- 1 kleine rote Zwiebel
- 100 g Joghurt
- 1 EL Weißweinessig
- ½ Bund Dill
- 1 Prise Zucker
- 2 EL Olivenöl

Die Hähnchenbrust waschen, abtupfen und in kleine Stücke schneiden. Zwiebel abziehen und mit der Paprika in kleine Würfel schneiden.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Hähnchenbrust und die Hälfte der Zwiebel hinzufügen und alles scharf anbraten. Nach vier Minuten die Hälfte der Paprika hinzufügen und mitbraten. Sahne und den Rest der Zwiebel und der Paprika hinzugeben.

Beide Sorten Paprikapulver, Knoblauchpulver, Salz und Pfeffer hinzufügen.

Das Ganze circa 10-15 Minuten kochen lassen und gelegentlich umrühren. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken.

Kartoffeln schälen und in einen Topf mit kochendem Wasser geben. Salz hinzufügen und Kartoffeln gar kochen.

Die Gurke schälen und mit einer Reibe in dünne Scheiben hobeln. Zwiebel abziehen und in kleine Würfel schneiden.

In einer Schüssel den Joghurt mit Essig, Salz, Pfeffer und Zucker verrühren und Öl dazugeben. Dill waschen, trocken schütteln und fein hacken. Mit Gurkenscheiben und Zwiebeln unter die Sauce rühren und kurz durchziehen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.