

## Die Küchenschlacht – Menü am 27. August 2021 ▪ Finalgericht von Alfons Schuhbeck



### Lammrücken mit Weißkraut-Pfifferling-Gröstl und Dill-Joghurt

Zutaten für zwei Personen

- |  |   |
|--|---|
| <p><b>Für das Lamm:</b><br/>         300 g Lammlachs<br/>         1 Ingwerknolle<br/>         1 Knoblauchzehe<br/>         1 Zitrone<br/>         1 Zweig Rosmarin<br/>         2 EL mildes Olivenöl, zum Anbraten<br/>         Neutrales Öl, zum Anbraten<br/>         Pyramidensalz oder Fleur de Sel<br/>         Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle</p>  | <p>Den Backofen auf 120°C Ober- und Unterhitze vorheizen.<br/>         Auf die unterste Einschubleiste ein tiefes Blech und darüber ein Ofengitter schieben. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Öl darin verteilen. Das Lammfleisch hineingeben und rundherum kurz anbraten, auf das Ofengitter legen und im vorgeheizten Backofen circa 15 Minuten rosa durchziehen lassen. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden, ein Stück des Ingwers abschneiden, schälen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Die Zitrone waschen und ½ TL Schale abreiben. Das Olivenöl in eine Pfanne geben, Rosmarin, Knoblauch, Ingwer und Zitronenabrieb hinzufügen, etwas Pfeffer hinzugeben, leicht salzen und alles zusammen leicht erwärmen. Den Lammrücken aus dem Ofen nehmen, zu den Gewürzen in die Pfanne legen, darin kurz wenden und salzen, aber nicht mehr braten.</p>  |
| <p><b>Für das Gröstel:</b><br/>         100 g Pfifferlinge<br/>         1 Spitzkohl, á 300 g<br/>         1 rote Spitzpaprika<br/>         1 gelbe Spitzpaprika<br/>         10 Pimientos de padron<br/>         1 Zitrone<br/>         70 ml Geflügelbrühe<br/>         5 Zweige Petersilie<br/>         5 Zweige Koriander<br/>         5 Zweige Dill<br/>         Kümmelpulver, nach Bedarf<br/>         Räucherpaprika, nach Bedarf<br/>         Öl, zum Braten<br/>         Salz, aus der Mühle<br/>         Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle</p> | <p>Vom Spitzkohl die äußeren Blätter und den Strunk entfernen. Die Blätter waschen, trockenschleudern und in etwa 2 cm große Blätter schneiden. Die Spitzpaprika putzen, von Scheidewänden und Kerngehäuse befreien, waschen und je die Hälfte in 1 cm große Würfel schneiden. Die Zitrone waschen und ½ TL Schale abreiben. Die Pfifferlinge putzen, kalt waschen, abtropfen lassen und trocken tupfen. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Pilze darin anbraten. Mit Salz, 1 Prise Kümmel, Zitronenschale und Pfeffer würzen. Die Pimientos de padron waschen und in einer weiteren Pfanne mit ½ TL Öl zusammen mit dem Spitzkohl und der Spitzpaprika einige Minuten anbraten. Dann die Brühe dazugeben und alles einige Minuten dünsten. Dill, Petersilie und Koriander abbrausen, trocken wedeln und klein hacken. Nun die Pilze und je 1 TL der Kräuter hinzufügen und mit Salz und einer Prise Räucherpaprika abschmecken.</p> |
| <p><b>Für den Joghurt:</b><br/>         80 g griechischer Joghurt<br/>         4 Zweige Dill<br/>         1 Zitrone<br/>         1 Orange<br/>         mildes Chilipulver, nach Bedarf<br/>         Zucker, nach Bedarf<br/>         Salz, aus der Mühle</p>   | <p>Die Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen. ½ TL Schale abreiben. Dann von der Orange ebenfalls ½ TL Schale abreiben. Den Dill abbrausen, trocken wedeln und fein hacken. Den Joghurt mit 1 TL Dill verrühren und mit einem Spritzer Zitronensaft, Zitronenabrieb, Orangenabrieb, Salz, Chili und Zucker abschmecken.</p>  |

**Für das Dukkah:** Mandeln und beide Sesamsorten in einer Pfanne ohne Fett goldbraun  
1 TL gehackte, gehäutete Mandeln rösten und in eine kleine Schüssel geben. Sonnenblumenkerne und Ras  
1 TL Sonnenblumenkerne el-Hanout untermischen.  
½ TL weißer Sesam  
½ TL schwarzer Sesam  
1 Msp. Ras el-Hanout

Das Gröstel auf einem warmen Teller geben, das Lamm in breite Stücke schneiden, darauf anrichten und den Joghurt außen herumziehen. Mit Dukkah bestreuen und servieren.

**Zusatzzutaten von Stephanie Mende:** *Stephanie würzt ihr Gröstel zusätzlich mit Piment d'Espelette, den Kreuzkümmel fügt sie dem Dukkah hinzu.*  
Piment d'Espelette  
Kreuzkümmel

**Zusatzzutaten von Christian Fitzek:** *Christian verfeinert seinen Joghurt mit etwas Honig. Weißwein und Zitrone hat er nicht verwendet.*  
Zitrone  
Honig  
Weißwein



## Zusatzgericht

### Kross gebratener Zander mit Ratatouille auf Moghrabieh

Zutaten für zwei Personen

**Für den Zander:**  
300 g Zanderfilet (mit Haut, entgrätet)  
Chilisalz, nach Bedarf  
Mehl, zum Melieren  
Neutrales Öl, zum Anbraten

Das Zanderfilet waschen und trockentupfen und in vier gleich große Stücke schneiden. Dann die Filetstücke jeweils auf der Hautseite melieren. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und ½ TL Öl mit einem Pinsel darin verteilen. Die Fischstücke jeweils mit der Hautseite nach unten in die Pfanne legen und 3 – 4 Minuten kross anbraten. Den Fisch wenden, die Pfanne vom Herd nehmen, und den Fisch in der Nachhitze der Pfanne glasig durchziehen lassen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit etwas Chilisalz würzen.



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 den Kräuter-Moghrabieh:**  
4 EL Moghrabieh  
1 Knoblauchzehe  
1 Ingwerknolle  
1 Zitrone  
1 Orange  
1 TL Kurkuma  
3 Lorbeerblätter  
½ TL Zatar  
Kreuzkümmel, nach Bedarf  
Geflügelbrühe, nach Bedarf  
Kalte Butter, nach Bedarf  
Öl, zum Braten  
Salz, aus der Mühle

In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Die Knoblauchzehe abziehen und in zwei Teile teilen. Den Moghrabieh in Salzwasser mit Lorbeer, ein Teil Knoblauch und Kurkuma ca. 40 Minuten (je nach Sorte etwas kürzer) weichkochen. Anschließend in einem Sieb abgießen, mit fließend kaltem Wasser abbrausen und abtropfen lassen. Orange waschen und ½ TL Schale abreiben. Kurz vor dem Anrichten den Moghrabieh in der Pfanne mit etwas Öl kurz erhitzen und Orangenabrieb und Knoblauch hinzugeben. Butter und Zatar unterrühren und mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für das Ratatouille:**  
¼ Zucchini, á 75 g  
1/8 Aubergine, á 50 g  
Je ½ rote und gelbe Paprikaschote  
1 Orange  
1 kleine, getrocknete Chilischote  
1 Knoblauchzehe  
75 g passierte Tomaten  
75 g stückige Tomaten  
100 ml Gemüsebrühe  
1 Zweig Rosmarin  
1 EL mildes Olivenöl  
Salz, aus der Mühle

Die Paprikaschoten längs aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien, waschen und in etwa ½ – 1 cm große Stücke schneiden. Paprika in einer Pfanne mit etwas Öl bei mittlerer Hitze 5 Minuten dünsten. Den Zucchini waschen, von Enden befreien, längs vierteln und in ½ – 1 cm große Würfel schneiden. Die Aubergine waschen, von Enden befreien und ebenfalls in ½ – 1 cm große Würfel schneiden. Beides zu der Paprika in die Pfanne geben und weitere 4 Minuten dünsten. Knoblauch abziehen, fein reiben und zum Gemüse geben. Nun die stückigen und passierten Tomaten hinzugeben und mit der Brühe knapp unter dem Siedepunkt 5 Minuten ziehen lassen. Rosmarin abbrausen, trocken wedeln, fein hacken und hinzufügen. Die Orange waschen und ½ TL Schale abreiben und ebenfalls hinzugeben. Dann die Chilischote waschen und eine Hälfte samt den Kernen fein hacken und zum Gemüse geben. Mit Salz abschmecken.

Kurz vor dem Anrichten das Olivenöl unterrühren.

**Für das Anrichten:** Das Ratatouille auf warmen Tellern verteilen, den Zander darauf setzen und den Moghrabieh außen herum streuen.