

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 21. September 2021** ▪
Vorspeise mit Cornelia Poletto



Brigitte Brockmann

Gebratene Leberwurst im Pankomantel mit Blumenkohl-Salat, mariniertem Mango, Ziegenkäsecreme, Dill-Vinaigrette und Preiselbeeren

Zutaten für zwei Personen

Für die Leberwurst:
 50 g Pfälzer Leberwurst
 25 g Pankomehl
 Pflanzenöl, zum Braten

Die Leberwurst in zwei Stücke schneiden, in Pankomehl wälzen und in einer beschichteten Pfanne unter Zugabe von etwas Pflanzenöl knusprig braten. Warmhalten.

Für die Dill-Vinaigrette:
 ½ Bund Dill
 25 ml Olivenöl
 Salz, aus der Mühle

Dill abbrausen und trockenwedeln. Nach und nach mit 15 ml Wasser und Olivenöl mixen. Mit Salz abschmecken.

Für den Blumenkohl-Salat:
 75 g Blumenkohl
 20 ml Kräuternessig
 ¼ TL Korianderpulver
 15 ml Olivenöl
 Salz, aus der Mühle

Blumenkohl über die feine Seite einer Vierkantreibe hobeln und mit Kräuternessig, Olivenöl, Korianderpulver und Salz abschmecken.

Für die Mango:
 1 Mango
 5 ml Kräuternessig
 10 Zweige Koriander
 Salz, aus der Mühle

Mango schälen und das Fruchtfleisch in zwei Quadrate à 4x4 cm mit jeweils 1 cm Dicke schneiden. Koriander abbrausen, trockenwedeln und hacken. Mango mit gehacktem Koriander, Kräuternessig und zwei Prisen Salz würzen.

Für die Ziegenkäsecreme:
 60 g Ziegenfrischkäse
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ziegenfrischkäse mit etwas Wasser verdünnen und anschließend mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Flüssigen Ziegenkäse als großen Dip mittig auf den Teller geben und mit einem Löffelrücken bzw. einer Schaumkelle kräftig hineinschlagen.

Für die Preiselbeeren:
 40 g frische Wildpreiselbeeren
 10 ml Leinöl

Preiselbeeren waschen und abtropfen lassen. Mit Leinöl glattrühren oder pürieren.

Für die Garnitur:
 1 Beet grüne Gartenkresse
 2 Zweige Koriander

Koriander abbrausen, trockenwedeln und Blättchen abzupfen. Kresse vom Beet schneiden. Korianderblättchen und Kresse als Garnitur verwenden.

Die Mango anrichten und die Leberwurst darauf verteilen. Zwei ganz kleine Ecken von der Wurst abbrechen und als Deko auf den Teller setzen. Preiselbeeren als Nocke abstechen und ebenfalls drapieren. Blumenkohl locker auf den Teller streuen. Mit Kresse, Koriander und etwas Olivenöl dekorieren und servieren.



Jan Iffland

Gebratene Garnelen mit Feta-Melonen-Salat und provenzalischem Oliven-Küchlein

Zutaten für zwei Personen

Für die Garnelen:

6 küchenfertige Black Tiger Garnelen
1 Knoblauchzehe
1-2 Zweige Rosmarin
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Knoblauch abziehen und vierteln. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch, Rosmarin und Garnelen zusammen in Olivenöl scharf anbraten. Mit Salz würzen.



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.

Für den Feta-Melonen-Salat:

½ Cantaloupe-Melone
200 g Feta
50 g Rucola

Rucola verlesen, waschen und trockenschleudern. Melone schälen und vom Kerngehäuse befreien. Feta und Melone in Würfel schneiden, beides auf Rucola anrichten.

Für das Chili-Dressing:

1 TL Agavendicksaf
1 EL weißer Balsamicoessig
1 EL Chili-Öl
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Bunter Pfeffer, aus der Mühle

Agavendicksaft, Essig, Chiliöl und Olivenöl verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Feta-Melonen-Salat damit beträufeln.

Für das Küchlein:

50 g grüne, mit Kräutern marinierte und entsteinte Oliven
50 g Speckwürfel
50 g Gruyère
1 Ei, Größe M
65 ml Muscat de Beaumes-de-Venise
100 g Weizenmehl
½ Päckchen Backpulver
50 ml Olivenöl
1 Prise Salz

Oliven in sehr kleine Würfel schneiden. Gruyère schneiden. Oliven, Gruyère, Speckwürfel, Eier, Muscat de Beaumes-de-Venise, Mehl, Backpulver, Olivenöl und Salz in eine Schüssel geben und vermengen. Dann mit dem Handrührgerät kräftig verrühren. Ein Muffin-Blech mit Muffin-Förmchen auslegen und in jedes Förmchen 1 bis 2 Esslöffel des Teiges geben. Im vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten backen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Stefanie Golüke

Marinierter Sellerie mit gebratenen Pilzen, Serrano-Chips, Gorgonzola-Dip und Naan

Zutaten für zwei Personen

Für den Sellerie:

1 Sellerieknolle
60 ml trockener Weißwein
2 EL weißer Balsamessig
2 EL Sherry-Essig
2 EL Brombeeressig
2 EL Haselnussöl
1 EL Rapsöl
1 Wacholderbeere
2 TL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Sellerieknolle schälen und mit der Aufschnittmaschine in 3-4 mm dicke Scheiben schneiden.

Wein, 1 Esslöffel Balsamessig, Wacholderbeere, Salz, Pfeffer und 250 ml Wasser in einen Topf geben und aufkochen. Selleriescheiben darin 8-10 Minuten weich ziehen lassen. Herausnehmen und kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Restlichen Balsamessig mit 1 Esslöffel Wasser, 1 Teelöffel Salz, dem Sherry-Essig, 1 Esslöffel Brombeeressig, Haselnussöl, Rapsöl, Zucker und Pfeffer verrühren, Selleriescheiben hineinlegen und in der Marinade ziehen lassen. Dann die Selleriescheiben aus der Marinade nehmen und den restlichen Brombeeressig in die Marinade einrühren.

Für die Pilze:

100 g braune Champignons
100 g kleine Pfifferlinge
1 Schalotte
1 EL Butterschmalz
1 EL roter Portwein
1 TL Agavendicksaft
1 Zweig Rosmarin
½ Bund krause Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und fein würfeln. Pilze putzen. Rosmarin und Petersilie abrausen und trockenwedeln. Petersilie hacken.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Pilze im heißen Butterschmalz andünsten. Schalotte zugeben und glasig dünsten. Portwein und Rosmarin zugeben und 5 Minuten dünsten. Rosmarin entfernen und Petersilie dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Agavendicksaft würzen.

Für die Serrano-Chips:

4 Scheiben dünn geschnittener
Serrano-Schinken
Neutrales Öl, zum Braten

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schinkenscheiben darin knusprig braten.

Für den Gorgonzola-Dip:

25 g cremiger Gorgonzola
100 g Frischkäse
2-3 EL Milch
1 Zitrone
1 EL Walnusskerne
½ Bund krause Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Petersilie abrausen, trockenwedeln und hacken. Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Frischkäse mit Milch glattrühren und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Gorgonzola, Walnüsse und Petersilie unterrühren.

Für das Naan: Butter in einem Topf schmelzen. Flüssige Butter, Milch, Mehl, Backpulver, Zucker und Salz mit dem Knethaken eines Handrührgerätes zu einem Teig verarbeiten. Ruhen lassen.

25 g Butter
70 ml Milch
150 g Dinkelmehl, Typ 630
½ TL Backpulver
1 Prise Zucker
½ TL Salz
Öl, zum Braten

Für die Garnitur: Salat waschen und trockenschleudern. Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten.

100 g Salat, Mischung aus Feldsalat, Rucola, Mangold, Frisée
1 EL Walnusskerne

Die Selleriescheiben auf Tellern anrichten, Pilze, Salat und Walnüsse darauf verteilen und mit übrig gebliebener Marinade beträufeln. Schinken-Chips und Naan anlegen und servieren.



Klaus Köppern

Herbstliches Tatar mit Kürbis, Rote Bete und Pilzen & Geröstetes Ciabatta mit Rote-Bete-Pesto

Zutaten für zwei Personen

Für das Tatar:

200 g vorgegarte Rote Bete
 1 Hokkaido-Kürbis
 100 g braune Champignons
 1 Bund Frühlingszwiebeln
 1 Schalotte
 1 Knoblauchzehe
 1 Orange
 50 g Walnüsse
 50 g zimmerwarme Butter
 2 EL Frischkäse
 1 TL Weißweinessig
 1 TL Dijon-Senf
 1 geh. Msp. Quatre-Epices-Gewürz
 1 TL Sesamöl
 1 EL Sonnenblumenöl
 3 EL Semmelbrösel
 1 EL Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Unterhitze vorheizen.

Kürbis putzen und zwei etwa 5 mm dicke Scheiben vom Kürbis abschneiden. Mit einem Anrichtering jeweils einen Kreis ausstechen. Schalotte und Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Zusammen mit Semmelbröseln und Butter zu einer Masse verkneten und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Mischung auf den Kürbisscheiben verteilen. Bei 180 Grad für 20 Minuten im Ofen garen, dann für 3 Minuten mit der Grillfunktion gratinieren.

Walnüsse in einer heißen Pfanne ohne Fett rösten, dann grob hacken und beiseitestellen. Restliches Kürbisfleisch vom Kerngehäuse befreien, in kleine Würfel schneiden und in einer heißen Pfanne ohne Fett für eine Minute andünsten. Dann mit Zucker bestreuen und kurz karamellisieren lassen. Der Kürbis soll nur außen ganz leicht garen, innen jedoch knackig bleiben. Kürbiswürfel mit den Nüssen mischen und den Senf unterrühren. Diese Masse bildet die erste Schicht des Tatars.

Rote Bete würfeln und mit dem Frischkäse mischen. Orange unter heißem Wasser abspülen, Orangenschale abreiben und ein wenig Orangenabrieb zur Rote Bete geben. Weißweinessig hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und alles erneut vermengen. Diese Masse bildet die zweite Schicht.

Champignons putzen und fein würfeln. Frühlingszwiebeln putzen, in Ringe schneiden und zusammen mit den Champignons und Quatre-Epices-Gewürz kurz in wenig Sonnenblumenöl andünsten. Das Sesamöl darüber träufeln und die Mischung salzen. Diese Mischung ergibt die 3. Schicht des Tatars.

Nun die einzelnen Komponenten bzw. Schichten des Tatars in einem Servierring aufeinanderschichten und die warme Kürbishaube aufsetzen. Teller mit einigen übrigen Kürbis- und Rote-Bete-Würfeln dekorieren.

Für das Rote-Bete-Pesto:

1 große vorgegarte Rote Bete
 1 kleine, rote Zwiebel
 1 Zitrone
 1 TL Honig
 50 ml Sonnenblumenkerne
 Olivenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle

Sonnenblumenkerne in einer Pfanne anrösten. Rote Bete würfeln.

Zwiebel abziehen, vierteln und in einem Topf in Olivenöl glasig schmelzen. Vom Herd nehmen und die Rote Bete und auch Sonnenblumenkerne hinzugeben. Alles mit dem Pürierstab mixen. Zitrone halbieren. Pesto mit einem Teelöffel Zitronensaft, Honig und etwas Salz abschmecken.

Für das Ciabatta:

½ Ciabatta
 Olivenöl, zum Braten

Ciabatta in Scheiben schneiden, mit Olivenöl einstreichen und unter dem Grill knusprig rösten. Ciabatta-Scheiben mit Rote-Bete-Pesto bestreichen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laura Rixecker

Alpenländisches Duett vom Mangold: Vinschgauer Mangold-Knödel mit Steinpilzbuttersauce & Bündner Capuns mit Bergkäseschaum

Zutaten für zwei Personen

Für die Vinschgauer Mangoldknödel:

350 g frischer Mangold
75 g Knödelbrot
75 g Vinschgauer Brot
½ Schalotte
1-2 Knoblauchzehen
2 Eier
50 g Parmesan
50 g Butter
100 ml Milch
Muskatnuss, zum Reiben
1 TL Salz
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Mangold putzen, die Mangoldstiele entfernen und Blätter in feine Streifen schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen, fein würfeln und in Butter anschwitzen. Mangold zugeben und kurz andünsten. Mit Milch ablöschen und Masse grob pürieren. Beide Brotsorten in kleine Würfel schneiden. Lauwarmes Mangold-Milchgemisch über das gewürfelte Brot geben und kurz ziehen lassen. Parmesan reiben. Eier, Muskat, Salz, Pfeffer und Parmesan zugeben und zu einem homogenen Knödelteig vermengen. Kurz ruhen lassen, dann Knödel formen und ca. 8 Minuten im heißen Wasser garen. Anschließend abseihen.

Für die Steinpilzbuttersauce:

1-2 Steinpilze
100 g Butter

Pilze putzen und in Butter leicht bräunen. Mangoldknödel kurz in Pilzbuttersauce schwenken.

Für die Bündner Capuns:

50 g Salsiz (Schweizer Kantwurst)
50 g Bündner Fleisch
10 Mangoldblätter
25 g Bergkäse
1 Ei
100 ml Sahne
80 ml Milch
50 ml Mineralwasser
120 ml Rinderfond
¼ Bund Petersilie
150 g Spätzlemehl
Muskatnuss, zum Reiben
½ TL Salz
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Eiswasser, zum Abschrecken

Spätzlemehl mit Salz, Pfeffer und Muskat mischen, dann mit Ei, Milch und Mineralwasser zu einem homogenen Spätzleteig aufschlagen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Bergkäse fein reiben. Salsiz und Bündner Fleisch fein würfeln und zusammen mit dem geriebenen Bergkäse und der gehackten Petersilie zum Teig geben.

Mangoldblätter putzen, ca. 30 Sekunden blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken und trockentupfen. Je 1-2 Esslöffel Teig auf ein Mangoldblatt geben, seitliche Blattränder einschlagen und fest aufrollen. Rinderfond und Sahne in einer weiten Pfanne aufkochen, dann die Hitze reduzieren und die Capuns begeben. Zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 8 Minuten köcheln lassen, dann herausnehmen, abtropfen lassen und servieren.

Für den Bergkäseschaum: Schalotte abziehen, fein würfeln und in Butter dünsten. Mit etwas Mehl bestäuben und ca. 200-300 ml Sud von den Capuns angießen. Gruyère fein reiben, zufügen und aufkochen lassen. Pürierstab in den Sud halten, langsam die Sahne angießen und auf diese Weise einen Schaum hochziehen. Sollte zu wenig Schaum entstehen, dann Lecithin hinzugeben und erneut aufmixen. Mit Pfeffer abschmecken.

½ Schalotte
50 g Gruyère
20 g Butter
50-100 ml Sahne
Mehl, zum Bestäuben
1 TL Lecithin
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Parmesan reiben und Gericht damit garnieren.
50 g Parmesan

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.