

▪ **Die Kinder-Küchenschlacht – Menü am 22. Dezember 2021** ▪
Leibgericht mit Nelson Müller



Aurora Radano

Selbstgemachte Cavatelli alle vongole

Zutaten für zwei Personen

Für den Gemüsesud:

100 g Petersilienwurzel
100 g Knollensellerie
100 g Möhren
100 g Lauch
3 Lorbeerblätter
Salz, aus der Mühle

Die Petersilienwurzel, Knollensellerie und Möhren schälen und klein schneiden. Lauch putzen, waschen und ebenfalls klein schneiden.

Einen Topf mit Salzwasser, Petersilienwurzel, Knollensellerie, Möhren, Lauch und Lorbeerblätter aufsetzen und zum Kochen bringen. Danach die Hitze reduzieren und weiterköcheln lassen.

Für den Teig:

200 g Weizenmehl
1 Prise Salz

Mehl, Salz und 100 ml Wasser (Zimmertemperatur) in eine große Schüssel geben. Dann den Teig erst mit einer Gabel vermischen, danach mit den Händen kräftig kneten bis er nicht mehr an den Fingern klebt. Teig für ca. 10 Minuten ruhen lassen, danach den Teig rollen, sodass eine Teigrolle von ca. 1 cm Durchmesser entsteht. Die Teigrolle mit einem Messer in ca. 1 cm lange Stücke schneiden. Die Teigzylinder ca. 1 cm hoch und 1 cm im Durchmesser mit den Fingern zu den Cavatelli formen.

Für die Tomaten und Oliven:

4 Kirschtomaten
2 Knoblauchzehen
2 EL entsteinte, schwarze Oliven
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

In einer großen Pfanne Olivenöl erhitzen. Knoblauch abziehen, dazugeben und braten bis er goldgelb ist. Knoblauch aus der Pfanne nehmen, danach die Kirschtomaten und die Oliven halbieren und in die Pfanne geben. Mit etwas Gemüsesud (von oben) ablöschen, Mit Salz und Pfeffer würzen und alles aufkochen lassen.

Für die Venusmuscheln:

400 g Venusmuscheln, in der Schale

Muscheln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten und geöffnete Muscheln aussortieren.

Muscheln in den kochenden Gemüsesud geben (siehe oben) und solange kochen bis sie aufgehen. Dann die Muscheln mit einem Schaumlöffel herausnehmen, geschlossene Exemplare aussortieren und den Rest in die Pfanne zu den Tomaten und Oliven hineingeben. Gut schwenken.

Für die Fertigstellung:

2 Zweige glatte Petersilie

Die fertig geformte Cavatelli für ca. 2 Minuten in dem kochenden Gemüsesud kochen, danach wie die Venusmuscheln aus dem Sud nehmen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Gehackte Petersilie und etwas von dem Sud in die Pfanne geben und alles kurz aufkochen lassen, dann die Cavatelli untermischen, kurz ziehen lassen und schließlich servieren. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Benedikt Dobler

Rinderfilet mit Parmesan-Kartoffelspalten und Speckbohnen

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

2 Medaillons aus dem Mittelstück des Rinderfilets, ca. 5-6 cm hoch
100 g Butterschmalz
80 g Kräuterbutter
Salz, aus der Mühle

Einen Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen, einen zweiten Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Das Fleisch auf beiden Seiten salzen und in die heiße Pfanne geben. Von jeder Seite ca. 4 Minuten anbraten. Anschließend in Alufolie wickeln und für ca. 10-15 Minuten in den 80 Grad warmen Backofen geben.

Beim Anrichten etwas Fleischsaft über das Fleisch gießen und mit Kräuterbutter servieren.

Für die Parmesan-Kartoffelspalten:

7-8 kleine, festkochende Kartoffeln, mit dünner Schale
100 g geriebener Parmesan
½ TL edelsüßes Paprikapulver
½ TL getrockneter Majoran
½ TL getrockneter Thymian
½ TL getrockneter Oregano
½ TL getrockneter Rosmarin
Olivenöl, zum Marinieren
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln waschen und in dünne Spalten schneiden.

Kartoffeln mit Olivenöl, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Majoran, Thymian, Oregano, Rosmarin und dem geriebenen Parmesan in einer Schüssel vermengen. Kartoffeln auf einem mit Backpapier ausgelegtem

Blech/Gitter verteilen und in den bei 200 Grad heißen Backofen geben. Ca. 20-25 Minuten knusprig backen. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Für die Speckbohnen:

150 g Buschbohnen
12 Scheiben Frühstücksspeck

Bohnen waschen und die Endstücke mit dem Messer abschneiden.

Immer ca. 5 Bohnen mit einem Speckstreifen umwickeln und in der heißen Pfanne 5-10 Minuten anbraten. Zwischendurch wenden. Evtl. bei 80 Grad im Ofen warmhalten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Leonore Spankowsky

Bunte Gemüse-Wurst-Pfanne mit Rosmarinkartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für die bunte Pfanne:

100 g Fleischwurst
 100 g gelbe Paprika
 100 g Zucchini
 100 g Dattel-/Kirschtomatenmix
 3 EL gehackte Tomaten mit Kräutern,
 aus der Dose
 150 g Zwiebeln
 1 Knoblauchzehe
 1 eingelegte Chillischote
 1 Zitrone
 2 EL Butterschmalz
 200 g süße Sahne
 2 EL Tomatenketchup
 3 Zweige Thymian
 3 Zweige Basilikum
 Olivenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Rosmarinkartoffeln:

100 g Drillinge
 2 Zweige Rosmarin
 Olivenöl, zum Beträufeln
 Grobes Meersalz, zum Würzen

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Fleischwurst in Scheiben schneiden. Zwiebeln abziehen und in schmale Ringe schneiden. Knoblauch abziehen und hacken. Paprika, Zucchini und Tomaten waschen. Zucchini von Enden befreien und in Scheiben schneiden. Paprika halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien, in Streifen schneiden.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Fleischwurst darin anbraten. Aus der Pfanne nehmen, dann die Zwiebeln hinzufügen und glasig braten. Knoblauch, Zucchini, Paprika, Tomaten und Chili dazugeben und zusammen schmoren lassen.

Thymian und Basilikum abbrausen und trockenwedeln. Thymian zum Gemüse in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Zitrone unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben.

Wurstscheiben zurück in die Pfanne geben, gehackte Tomaten aus der Dose, Ketchup, Zitronenabrieb und süße Sahne dazugeben und alles kurz schmoren.

Basilikum in Streifen schneiden und das Gericht damit garnieren.

Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, die Nadeln abzupfen und hacken. Kartoffeln, waschen, in Spalten schneiden mit Meersalz und gehacktem Rosmarin mischen. Auf ein mit Backpapier belegtem Backblech geben und 30 Minuten im vorgeheizten Ofen garen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Joël Maugé

Ramen

Zutaten für zwei Personen

Für die Brühe:

- 1,2 L Geflügelfond
- 2 Karotten
- 2 Stangen Lauch
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Knolle Ingwer
- 2 Stangen Zitronengras

Den Lauch und Frühlingszwiebeln putzen. Zitronengras anklopfen. Karotten, Lauch, Frühlingszwiebeln, Ingwer und Zitronengras klein schneiden, in den Fond geben und ca. 25 bis 30 Minuten kochen. Im Anschluss das Gemüse aus der Brühe sieben.

Für die Einlage:

- 1 Rinderfiletsteak, ca. 2 cm dick
- 250 g Ramen-Nudeln
- 100 g weiße Champignons
- 1 Frühlingszwiebel
- 3 Eier
- 250 ml dunkle Sojasauce
- 250 ml Reisessig
- 1 Bund Koriander
- 200 g Sesam
- Olivenöl, zum Braten
- Grobes Meersalz, zum Würzen

Eier 6 Minuten kochen, im Anschluss abschrecken und pellen. Sojasauce und Reisessig verrühren und die Eier hineinlegen. Am Ende der Zubereitungen werden die Eier halbiert.

Champignons putzen, vierteln und in etwas Olivenöl anbraten.

Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden.

Koriander abbrausen, trockenwedeln und schneiden.

Ramen-Nudeln in Wasser kochen und anschließend abgießen.

Sesam in einen Topf geben, leicht anrösten und im Anschluss in einem Mörser mit grobem Meersalz zerstoßen.

Rinderfilet in einer Pfanne von beiden Seiten scharf angebraten. Fleisch kurz ruhen lassen, dann in dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben werden von beiden Seiten mit dem Bunsenbrenner angeröstet.

Für die Fertigstellung:

Hachi (Chili Gewürz), zum Würzen

Nach der Zubereitung der einzelnen Komponenten folgt die Zusammensetzung. Als erstes werden die Ramen-Nudeln in eine tiefe Schüssel gegeben, dann wird die Brühe angegossen. Die Rinderfiletstreifen werden mittig auf den Nudeln platziert und die Eihälften, Koriander und Frühlingszwiebeln Drumherum gelegt. Als letztes wird der Mix aus Sesam und Meersalz auf das Fleisch gegeben und Hachi über die Zutaten gestreut.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.