



| Die Küchenschlacht – Leibgerichte vom 18. Februar 2008 |

Lammlendchen mit Rosmarinkartoffeln von Monika Urban

Zutaten für zwei Personen

300 g	Lammlende, küchenfertig
200 g	Pellkartoffeln
200 g	Prinzessbohnen
80 g	Butter, kalt
120 ml	Lammfond
150 ml	Gemüsefond
100 ml	Rotwein
40 g	Butterschmalz
20 ml	Cumberlandsauce
20 ml	Olivenöl
3 Zweige	Thymian
4 Zweige	Rosmarin
3 Zehen	Knoblauch
1 Schote	Chili
1 Blatt	Lorbeer
4 Scheiben	Bacon
2	Schalotten
3	Wacholderbeeren
1 cl	Cognac
	Meersalz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Einen Topf mit gesalzenem Wasser zum Kochen bringen. Die Kartoffeln bürsten und zusammen mit dem Lorbeerblatt 20 Minuten kochen.

Schalotten schälen und vierteln. Zwei Knoblauchzehen häuten und mit einem Messer andrücken. Die Chilischote längs aufschneiden und entkernen.

20 Gramm Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Lammlenden waschen, trocken tupfen, parieren und von jeder Seite zwei Minuten anbraten. Thymianzweige, drei Zweige Rosmarin, Schalottenviertel, Chilischote, Knoblauch und Wacholderbeeren dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend das Fleisch in eine mit Alufolie ausgelegte, feuerfeste Form legen und für 25 Minuten in den Backofen geben.

Den Bratensatz mit Cognac flambieren, mit Lammfond und Rotwein ablöschen und einkochen lassen. Anschließend die Sauce durch ein Sieb passieren, mit kalter Butter montieren und beiseite stellen.

Gemüsefond in einem Topf zum Kochen bringen. Die Bohnen acht bis zehn Minuten blanchieren, abgießen und als Päckchen mit einer Scheibe Bacon umwickeln. 20 Gramm Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Bohnen im Speckmantel rundherum kurz anbraten.

Pellkartoffeln abgießen und abkühlen lassen. Eine Zehe Knoblauch häuten und mit einem Messer andrücken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffeln mit dem Handrücken etwas flach drücken und zusammen mit einem Zweig Rosmarin und der Knoblauchzehe langsam braten. Mit Salz abschmecken.

Alles auf zwei vorgewärmten Tellern anrichten und mit Cumberlandsauce servieren.



Hühnerfrikassee von Axel Bock

Zutaten für zwei Personen

2	Hühnerbrüste, mit Haut und Knochen
4	Möhren, mittelgroß
300 g	Spargel, grün
300 g	Erbsen, tiefgekühlt
1 Ltr.	Geflügelfond, hell
500 ml	Sahne
200 g	Crème fraîche
200 g	Crème double
100 g	Mehl
150 g	Butter
1 Bund	Petersilie, glatt
2	Zitronen
1 Bund	Suppengrün
300 g	Wildreis
	Salz
	Pfeffer
	Worcestershire-Sauce

Zubereitung

Suppengrün grob zerkleinern. Die Hühnerbrüste mit dem Suppengrün etwa 25 bis 30 Minuten im Geflügelfond gar kochen.

Den Wildreis circa 20 bis 25 Minuten in leicht gesalzenem Wasser gar kochen.

Die Karotten und den grünen Spargel putzen, in kleine Stücke schneiden und in kochendem, gesalzenem Wasser blanchieren. Anschließend in Eiswasser abschrecken.

Mit dem Mehl und der Butter eine Mehlschwitze anrühren. Diese mit vier bis fünf Kellen des Geflügelfonds der Hühnerbrüste angießen. Sahne, Crème fraîche und gegebenenfalls Crème double hinzufügen. Die Zitronen halbieren und auspressen. Die Sauce mit Pfeffer, Salz und dem Saft der Zitronen abschmecken. Erbsen, Karotten und Spargel hinzufügen.

Die Hühnerbrüste vom Knochen trennen und in Stücke schneiden. Ebenfalls zur Sauce hinzufügen. Blattpetersilie fein hacken und zur Sauce geben.

Die Hühnerbrüste mit dem Gemüse und dem Reis auf einem Teller anrichten. Nach Belieben mit Worcestershire-Sauce würzen.



Türkischer Klößchen-Eintopf von Aslihan Bektas

Zutaten für zwei Personen

200 g	Hackfleisch, vom Rind
250 g	Kichererbsen
100 g	Bulgur, extra fein
2	Kartoffeln, festkochend
2 Zehen	Knoblauch
1	Zwiebel, klein
3 EL	Tomatenmark
4 EL	Olivenöl
	Salz
	Pfeffer
	Paprikagewürz

Zubereitung

Hackfleisch und Bulgur auf ein Blech geben. Zwiebel häuten, fein schneiden und dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Paprikagewürz abschmecken. Das Ganze mit der Hand kneten, bis eine feste Masse entstanden ist. Gegebenenfalls etwas Wasser zugeben. Aus der Fleischmasse feine Klößchen formen. Leicht gesalzenes Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Die Klößchen für eine Minute in den Topf geben. Anschließend mit einer Schöpfkelle herausnehmen und das gekochte Wasser in einen Messbecher gießen.

Im gleichen Topf Olivenöl erhitzen. Knoblauch häuten, in feine Würfel schneiden und in den Topf geben. Tomatenmark, Salz, Pfeffer und Paprikagewürz dazugeben und anschwitzen. Mit anderthalb Liter Wasser ablöschen und bei mittlerer Hitze köcheln lassen.

Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden und zusammen mit den Kichererbsen in die kochende Sauce geben. Bei mittlerer Hitze etwa zehn Minuten kochen lassen. Gelegentlich umrühren.

Die Klößchen in die heiße Sauce geben und das Ganze in einem tiefen Suppenteller anrichten.



Spaghettini mit Scampi und Safransauce von Egbert Kind

Zutaten für zwei Personen

150 g	Spaghettini
125 ml	Weißwein, trocken
250 g	Sahne
30 g	Butter
6	Scampi, küchenfertig
1	Karotte
1 Stange	Lauch
1	Zucchini
1	Zitrone
1 Msp.	Safranfäden
1 Zehe	Knoblauch
2 EL	Olivenöl
1 Zweig	Rosmarin
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen und die Spaghettini darin bissfest garen.

Die Karotte schälen, den Lauch putzen und beides in lange, dünne Streifen schneiden. Die Zucchini ebenfalls in lange Streifen schneiden. Salzwasser in einem zweiten Topf zum Kochen bringen und das Gemüse kurz darin blanchieren. Anschließend das Gemüse in Eiswasser abschrecken, damit der Garprozess gestoppt wird.

Den Weißwein in einem Topf aufkochen und die Safranfäden hineingeben. Den Topf vom Herd nehmen und zehn Minuten ziehen lassen.

Die Zitrone halbieren und auspressen. Die Sahne in einem Topf aufkochen und um die Hälfte einreduzieren. Drei Esslöffel des Wein-Safran-Fonds hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer und dem Zitronensaft abschmecken.

Die Scampi der Länge nach aufschneiden, aber nicht durchschneiden. Rosmarin vom Zweig zupfen. Eine Knoblauchzehe häuten und mit einem Messer andrücken. Zwei Esslöffel Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Scampi zusammen mit dem Rosmarin und dem Knoblauch in die Pfanne geben und von beiden Seiten jeweils zwei Minuten anbraten.

Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwei Esslöffel Wasser hinzufügen und die Gemüsestreifen im Wasser-Butter-Gemisch schwenken. Spaghettini hineingeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Safransauce mit einem Pürierstab aufmixen. Die Spaghettini in Lockenform auf einen Teller geben, die gebratenen Scampi seitlich drapieren und die Safransauce darüber geben.



Karpfen blau von Celia Steinbach

Zutaten für zwei Personen

1	Karpfen, ca. 800 g, küchenfertig
250 ml	Essig
200 ml	Sahne
250 g	Butter
1	Zwiebel
2 Blatt	Lorbeer
1 Bund	Suppengrün
6	Kartoffeln, festkochend
1 Stück	Meerrettich
250 g	Preiselbeeren, aus dem Glas
1 Bund	Petersilie, glatt
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen.

Einen Topf mit gesalzenem Wasser aufsetzen. Das Suppengrün putzen und grob schneiden. Die Zwiebel häuten und vierteln. Das Suppengrün, die Zwiebel, die Lorbeerblätter und etwas Pfeffer in das Wasser geben. Den Sud aufkochen lassen und danach bei niedriger Hitze weiter köcheln lassen.

Den Karpfen längs halbieren und eine Hälfte beiseite legen. Die zweite Hälfte zu zwei Vierteln schneiden. Den Essig in einem Topf erwärmen und über die Viertel gießen. Danach den Karpfen mit dem Essig in den Sud geben und circa zehn bis 15 Minuten bei geschlossenem Deckel ziehen lassen, bis sich eine Flosse leicht herausziehen lässt.

Inzwischen die Kartoffeln abgießen, in eine Schüssel geben und 125 Gramm Butter darüber verteilen. Die Sahne mit einem Handrührer schlagen. Den Meerrettich schälen, mit einer Reibe fein reiben und zu einer Hälfte der geschlagenen Sahne geben. Unter die andere Sahnehälfte die Preiselbeeren rühren.

Den Fisch zusammen mit der Meerrettich- und Preiselbeersahne auf einer Platte anrichten. Die verbliebene Butter schmelzen und separat zum Fisch reichen. Petersilie grob hacken und damit den Fisch und die Kartoffeln garnieren.



Königsberger Klopse mit Kapernsauce von Jochen Schröter

Zutaten für zwei Personen

200 g	Hackfleisch, vom Rind
1	Zwiebel
1	Ei
200 g	Kapern
1	Zitrone
750 ml	Rinderfond
2 EL	Butter
2 EL	Mehl
250 ml	Milch
4 EL	Semmelbrösel
6	Kartoffeln, klein
1	Gewürzgurke
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser gar kochen.

Die Zwiebel abziehen und in kleine Würfel schneiden. Aus dem Hackfleisch, den Zwiebeln, einem Ei, den Semmelbröseln und drei bis vier Esslöffeln Wasser eine Hackfleischmasse anmischen und kleine Klöße daraus formen.

Den Rinderfond in einem Topf aufkochen. Die Hackklößchen hinzufügen und circa zehn bis 15 Minuten ziehen lassen.

Die Zitrone halbieren und auspressen. Die Butter in einem Topf zerlassen, Mehl zufügen und eine Mehlschwitze anrühren. Mit dem Kochfond der Klößchen und etwas Milch ablöschen, bis eine sämige Sauce entsteht. Diese circa zehn Minuten köcheln lassen und anschließend mit etwas Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Kapern abschmecken.

Die gegarten Klößchen zu der Sauce geben und mit Salzkartoffeln servieren. Gewürzgurke fächerförmig aufschneiden und zur Dekoration hinzugeben.