

| Die Küchenschlacht – Menü am 20. Februar 2017 |
Leibgericht mit Mario Kotaska



Philipp Gantner

Cordon bleu mit Kartoffel-Gurkensalat

Zutaten für zwei Personen

Für das Cordon bleu:

- 2 Putenbrüste à 150 g
- 2 Scheiben Emmentaler Käse
- 2 Scheiben gekochter Schinken
- 3 Eier
- 200 g Butterschmalz
- 50 g Mehl
- 100 g Semmelbrösel
- 100 g Pankopaniermehl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Auf einen Teller etwas Mehl geben, in einem tiefen Teller die Eier verquirlen und auf einem weiteren Teller die Semmelbrösel gemixt mit dem Pankopaniermehl schütten.

Die Putenbrüste der Länge nach aufschneiden (Schmetterlingsschnitt). Die Schnitzel zwischen Frischhaltefolie legen und mit einem Plattiereisen flachklopfen. Die Frischhaltefolie entfernen und je eine Scheibe Käse und Schinken hineinlegen und wieder zuklappen. Mit Salz und Pfeffer würzen, gleichmäßig in Mehl wenden, durch das Ei ziehen und anschließend mit den Semmelbröseln und Pankopaniermehl panieren.

Reichlich Butterschmalz in einer Pfanne stark erhitzen, die Temperatur etwas herunterschalten und die Schnitzel von jeder Seite ca. 3-5 Minuten braten, bis sie goldbraun sind.

Für den Kartoffel-Gurkensalat:

- 500 g festkochende Kartoffeln
- 1 Salatgurke
- 1 Zwiebel
- ½ TL Kümmel
- 100 ml Gemüsefond
- 2 EL Weißweinessig
- 3 EL Pflanzenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln in einem Topf mit Salzwasser und Kümmel kochen. Schälen und in Scheiben schneiden. Gemüsefond in einem Topf erhitzen und den Essig in den heißen Gemüsefond geben.

Zwiebel abziehen und fein schneiden. Auf die in Scheiben geschnittene Kartoffeln zuerst Salz streuen, dann die Zwiebel und den gemahlene Pfeffer. Anschließend mit der heißen Fond-Essig-Mischung übergießen und Öl dazugeben. Das Ganze vorsichtig miteinander vermengen.

Die Gurke mit der Schale unter heißem Wasser abbrausen, halb abschälen und mit einem Gemüsehobel in feine Scheiben hobeln. Zum Kartoffelsalat geben, vorsichtig vermengen und nochmals vorsichtig nachwürzen.

Für die Garnitur:

- 1 Zweig krause Petersilie
- 1 Zitronenscheibe

Den Kartoffel-Gurkensalat in eine separate Schüssel füllen, das Schnitzel auf einem Teller mit einer Zitronenscheibe und etwas Petersilie anrichten und servieren.



Diana Shaabu

Shish Barak – Gefüllte Lammhack-Teigtaschen in Joghurt

Zutaten für zwei Personen

Für den Teig:

225 g Mehl
1 EL Olivenöl
2 EL Speisestärke
100 ml Wasser
Mehl, zum Bestäuben
1 Prise Salz

Das Mehl mit dem Salz in eine Schüssel sieben. Das Öl, 100 ml Wasser und die Speisestärke zugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten in den Kühlschrank legen. Anschließend den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche 2 mm dünn ausrollen und mit einem Ausstecher 25 Kreise mit 8 cm Durchmesser ausstechen. Die Kreise mit den Fingern noch flacher drücken.

Für die Füllung:

175 g Lammhackfleisch
1 Zwiebel
4 EL Pinienkerne, geröstet
2 EL Minze
¼ TL Baharat
1 TL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Öl in einem Topf erhitzen und das Fleisch darin bei mittlerer Hitze unter Rühren ca. 10 Minuten gleichmäßig anbräunen. Zwiebel abziehen und klein schneiden. Die Hitze reduzieren, Zwiebel zugeben und unter Rühren ca. 5 Minuten weich dünsten. Pinienkerne, Minze und Baharat unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Weitere 5 Minuten braten, vom Herd nehmen und auskühlen lassen. Auf jeden Teigkreis 1 TL Lammfüllung geben und den Teig darüber falten. Luft aus der Teigtasche pressen und die Ränder zusammendrücken.

Für die Sauce:

700 g Naturjoghurt
500 ml Wasser
2 EL Speisestärke
3 Zehen Knoblauch
1 Bund Krause Petersilie
Minze, zum Garnieren
50 g Butter
Olivenöl, zum Beträufeln
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Joghurt mit 500 ml Wasser in einen großen Topf geben, die Speisestärke zufügen und unter gelegentlichem Rühren zum Kochen bringen. Die Teigtaschen vorsichtig zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und 5 Minuten kochen. Knoblauch abziehen und kleinhacken. Die Butter in einer Pfanne erhitzen, den Knoblauch hinzugeben und unter Rühren, einige Minuten braten, bis er goldgelb ist. Den Knoblauch zu den Teigtaschen geben.

Teigtaschen in Joghurt mit Petersilie und Minze auf Tellern garnieren, mit Öl beträufeln und servieren.



Christian König

Putensteak in Balkansauce mit geschabten Spätzle

Zutaten für zwei Personen

Für das Putensteak in Balkansauce:

500 g Putenbrust
 1 rote Paprika
 1 Gemüsezwiebel
 2 Zweige krause Petersilie
 60 g Speckwürfel
 3 EL Ketchup
 250 Fleischfond
 1 Prise gemahlener Chili
 Sonnenblumenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Fleisch abbrausen, trocken tupfen, und in 1 cm breite Scheiben schneiden. Mit Salz würzen und in einer Pfanne mit Öl anbraten.

Anschließend mit Pfeffer würzen und warmhalten. Die Petersilie abbrausen, trocken wedeln und klein hacken.

Paprika vom Stiel und Samen trennen, halbieren, waschen und in schmale Streifen schneiden. Zwiebel abziehen, halbieren und ebenfalls in schmale Streifen schneiden. Öl in einen Topf geben, den Speck dazu geben und anbraten. Nach 3 Minuten Paprika und Zwiebel dazugeben. Nach weiteren 5 Minuten das Ganze mit dem Fleischfond ablöschen. Ketchup dazu geben und mit Chili, Salz und Pfeffer abschmecken. Für 10 Minuten köcheln lassen.

Für die Spätzle:

200 g Mehl
 4 Eier
 1 Muskatnuss
 1 Prise Kurkuma
 40 g Butter
 Salz, aus der Mühle

In einer Schüssel die aufgeschlagenen Eier mit dem Mehl, Kurkuma, geriebener Muskatnuss sowie einer Prise Salz vermengen.

In einem Topf Salzwasser zum kochen bringen.

Den Teig auf ein Holzbrett geben und mit einem langen Messer dünne Streifen in das heiße Wasser schaben. Nach 1-2 Minuten aus dem Wasser holen, sobald sie an der Oberfläche schwimmen. In eine Schüssel geben und die Butter darüber verlaufen lassen.

Putensteak auf Tellern anrichten, Petersilie darüber streuen, Balkansauce daneben platzieren und zusammen mit den Spätzle servieren.



Franziska Ebertowski

Zander-Maultaschen mit Spitzkohl und Meerrettich-Schaum

Zutaten für zwei Personen

Für die Zanderfüllung:
 200 g Zanderfilet (ohne Haut),
 küchenfertig
 1 Speckscheibe ohne Knorpel
 1 Schalotte
 1 Zweig Dill
 80 g Butter
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das filetierte Zanderfilet in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Schalotte abziehen und kleinschneiden. Den Speck würfeln und in einer Pfanne mit etwas Butter und den Schalottenwürfeln ausbacken. Den Dill abbrausen, trocken wedeln und fein hacken und alle Zutaten mit den Zanderwürfeln vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Maultaschen:
 200 g Semola Hartweizengrieß
 4 Eier (M)
 50 g Butter
 200 ml Olivenöl
 Salz, aus der Mühle

Den Hartweizengrieß mit dem Olivenöl, 2 Eiern und Salz in einer Küchenmaschine verkneten und im Kühlschrank 5 Minuten abgedeckt ziehen lassen. Anschließend mit Hilfe einer Nudelmaschine in dünne Platten ausrollen. Mit Hilfe eines Esslöffels kleine Portionen der Zanderfüllung auf dem Teig gleichmäßig verteilen. Mit dem restlichen Eigelb die Ränder der Teigplatten einpinseln und einklappen. Mit einem scharfen Messer die noch zusammenhängenden Teigrohlinge portionieren und mit einer Gabel die entstandenen Schnittflächen eindrücken. Die Maultaschen in einem Topf mit salzigem Wasser köcheln lassen, bis diese an der Oberfläche schwimmen.

In einer großen Pfanne bei mittlerer Temperatur, die Butter zum Schmelzen bringen und solange erhitzen bis sich ein nussiges Aroma gebildet hat. Nun die Maultaschen in der Nussbutter wälzen.

Für den Spitzkohl und Meerrettich-Schaum:
 250 Spitzkohl
 80 g Rohrzucker
 1 Knolle frischer Meerrettich
 100 ml Milch
 1 Muskatnuss
 Rote Brunnenkresse, zum Dekorieren
 Rapsöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle

Den Spitzkohl abbrausen und in feine Streifen schneiden. In einer Pfanne mit dem Rapsöl und dem Zucker goldgelb und bissfest anbraten. Mit einer feinen Reibe den Meerrettich in einen Topf reiben. Milch und Salz dazugeben und mit Muskatnuss abschmecken. Auf dem Herd erwärmen. Mit einem Milchaufschäumer das Ganze zu einem Schaum aufmixen.

Zandermaultaschen mit Spitzkohl und Meerrettich-Schaum auf Tellern anrichten, rote Brunnenkresse darüber verteilen und servieren.



Dominik Herden

Chau ngau yuk – Rindfleisch mit Pilzen und Zwiebeln, Basmatireis, Chinakohl und Orangen-Dressing

Zutaten für zwei Personen

Für das Chau Ngau Yuk: Das Rindfleisch mit der Stärke vermengen. Für die Marinade chinesischen Reiswein, Sojasauce, Ingwer, Zucker, Chili, Honig und weißen Pfeffer vermengen und das Rindfleisch hineinlegen. Anschließend mindestens 30 Minuten ziehen lassen. Das Wasser mit der Austernsauce und dem Sesamöl vermengen und zur Seite stellen. Gemüsezwiebeln abziehen und achteln. Das Erdnussöl im Wok erhitzen und die Zwiebel-Achtel unter starker Hitze ca. 1 Minute rühren. Knoblauch abziehen und durch eine Knoblauchpresse drücken. Champignons und Shiitake Pilze abbrausen und klein schneiden. Knoblauch, Champignons und Shiitake Pilze in den Wok geben und ca. 30 Sekunden rühren. Das marinierte Rindfleisch zufügen und etwa 2 Minuten weiter rühren. Frühlingszwiebeln abbrausen und in kleine Ringe schneiden. Anschließend die Saucen-Mischung und die Frühlingszwiebeln zufügen und unter Rühren ca. 30 Sekunden kochen lassen, bis die Frühlingszwiebeln zusammengefallen sind. Reis zweimal durchwaschen. Nach Belieben salzen und mit Sternanis und Wasser 10 Minuten einweichen lassen. Herd auf die höchste Hitzestufe stellen und Reis aufkochen lassen. Sobald das Wasser kocht, den Herd auf die mittlere Hitzestufe stellen und den Reis ca. 15 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen bis das Wasser verdampft ist. Nach Belieben ein Stück Butter hinzufügen.

200 g Rinderfilet
1 EL Stärke
2 EL chinesischer Reiswein
4 TL helle Sojasauce
1 TL Ingwer
100 ml Wasser
2 EL Austernsauce
1 TL Sesamöl
2 Frühlingszwiebeln
2 Gemüsezwiebeln
2 Zehen Knoblauch
Erdnussöl, zum Braten
100 g Braune Champignons
100 g Basmatireis
2 Sternanis
50 g Butter
4 Getrocknete Shiitake Pilze
1 Schote Chili
1 TL flüssiger Honig
1 Prise Zucker
Salz, aus der Mühle
1 TL weißer Pfeffer

Für den Chinakohl mit Orangendressing: Chinakohl abbrausen und in Mundgerechte Stücke schneiden. Den Orangensaft unter gelegentlichem Rühren in einem Topf bei starker Hitze bis auf die Hälfte reduzieren, den reduzierten Saft mit Abrieb einer Orange, Senf, Olivenöl, Zitronensaft, Honig, Salz und Pfeffer verrühren. Die Pinienkerne kurz in einer Pfanne anrösten. Dann den Chinakohl mit den Pinienkernen und dem Dressing vermengen.

1 kleiner Chinakohl
1 Orange
1 EL Dijon-Senf
100 ml Orangensaft
5 EL Olivenöl
50 g Pinienkerne
1 Zitrone
1 TL flüssiger Honig
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Rindfleisch mit Pilzen und Zwiebeln, den Basmatireis, Chinakohl und das Orangendressing auf Tellern anrichten und servieren.



Janice Lau

Riesengarnelen in Kokos-Limetten-Sauce mit selbstgemachten Bandnudeln

Zutaten für zwei Personen

Für die Riesengarnelen: Die Garnelen am Rücken leicht einschneiden und den Darmfaden entfernen. Garnelen kalt abspülen, trockentupfen, mit der Fischsauce vermengen und beiseite stellen. Die Limette heiß abbrausen und trocken tupfen. Die Schale mit einem Zestenreißer abziehen und 2-3 EL Saft auspressen. Die Limettenblätter abbrausen, die Mittelrippen entfernen, Blätter aufrollen und in haarfeine Streifen schneiden. Das Zitronengras von äußeren Blättern befreien, das untere Drittel hacken. Den Knoblauch abziehen und kleinhacken. Beides mit Kurkuma, Salz und Zucker im Mörser zu einer feinen Paste zerstoßen. Mini Spargel in kleine Stücke schneiden und mit etwas Öl in der Pfanne kurz anbraten. In einer hochwandigen Pfanne 4 EL Kokosmilch aufkochen lassen. Die Würzpaste einrühren und bei mittlerer Hitze 2 Minuten anbraten. Garnelen und Spargel hinzufügen und 1 Minute unter Rühren darin anbraten. Übrige Kokosmilch, Limettenblätter und Zesten hinzufügen. 3 Minuten einkochen lassen. Mit dem Limettensaft abschmecken.

600 g Riesengarnelen (mit Kopf und Schale)
 1 EL Fischsauce
 1 Limette
 6 kleine Kaffir-Limettenblätter
 2 Stängel Zitronengras
 200 g Mini grüne Spargel
 2 Zehen Knoblauch
 250 ml Kokosmilch
 1 TL Kurkuma
 ½ TL Salz
 ½ TL Zucker
 Olivenöl, zum Anbraten

Für die Bandnudeln: Das Mehl mit einer Prise Salz auf eine Arbeitsfläche geben und in der Mitte eine Mulde formen. Das Ei und das Olivenöl in die Mulde geben und mithilfe einer Gabel von innen nach außen mit dem Mehl nach und nach vermengen. Dann den Teig mit den Handballen auf einer bemehlten Tischplatte weiter kneten, bis der Teig elastisch ist und glänzt. Den Teig zu einer Kugel formen und in Klarsichtfolie wickeln. Bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Anschließend mit einer Nudemaschine den Nudelteig verarbeiten und in Bandnudeln schneiden. Die Nudeln in einem Topf mit kochendem Wasser 2 bis 3 Minuten kochen, aus dem Topf heraus nehmen und mit der Sauce vermengen.

100 g Mehl
 1 Ei
 1 Zweig Koriander
 ½ TL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle

Mit einer Gabel die Nudeln aufdrehen und auf die Teller setzen. Die Garnelen anlegen und mit Koriander garnieren. Kokos-Limetten-Sauce vorsichtig darüber verteilen.