

| Die Küchenschlacht – Menü am 13. April 2017 |
Finalmenü von Alfons Schuhbeck



Final-Vorspeise von Alfons Schuhbeck

Kräutersalat mit gebratenen Garnelen

Zutaten für zwei Personen

Für den Salat:

- 100 g Babyspinat
- 1 reife Avocado
- ¼ reife Mango
- 1 Zitrone, davon 2 EL Saft
- 50 ml Gemüsfond
- 1 Kästchen Brunnenkresse
- 1 Bund Kerbel
- 1 EL mildes Olivenöl
- Zucker, zum Abschmecken
- mildes Chilisalz, zum Abschmecken

Die Spinatblätter waschen, verlesen und trocken schleudern. Die Kräuterblätter abbrausen, trockenwedeln und mit den Spinatblättern in eine Salatschüssel geben. Den Fond mit ca. 1 EL Zitronensaft und dem Öl verrühren, mit Chilisalz und einer Prise Zucker würzen und unter den Salat mischen.

Die Avocado halbieren, den Kern entfernen, die Hälften schälen, in Spalten schneiden, mit übrigem Zitronensaft beträufeln und mit Chilisalz würzen. Die Mango schälen und in Scheiben schneiden.

Für die Garnelen:

- 6 Riesengarnelen mit Schale
- 1 Zitrone, davon etwas Abrieb
- 1 Orange, davon etwas Abrieb
- 1 TL Chilisalz mit Vanille
- 2 EL Olivenöl
- neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten

Die Garnelen waschen, trocknen, schälen, am Rücken aufschneiden und den Darm entfernen. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen. Die Garnelen darin auf einer Seite 2 Minuten anbraten, wenden und 1 Minute weiter braten. Die Pfanne vom Herd nehmen und ca. 1 Minute ziehen lassen.

Garnelen mit Olivenöl beträufeln, mit rot-grünem Chili-Vanillesalz würzen und Zitronen- und Orangenschale darüber reiben.

Für die Garnitur:

- 10 essbare Blüten

Den Salat auf Vorspeisentellern verteilen, Avocadospalten und Mangoscheiben dekorativ anlegen und die Garnelen darauf anrichten.



Final-Hauptgang von Alfons Schuhbeck

Lammrücken in Gewürzbrösel mit Kopfsalat-Pesto und Spargelgemüse

Zutaten für zwei Personen

Für den Lammrücken:

- 1 Lammlachs à 300 g
- 20 g gemahlene Haselnüsse
- 50 g Pankobrösel
- 1 EL Lammgewürz
- ¼ Bund Schnittlauch
- 1 TL mildes Chilisalز
- ½ TL neutrales Pflanzenöl

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Lammrücken waschen, trockentupfen, von Fett und Sehnen befreien und in einer Pfanne mit Öl rundum anbraten. Das Filet auf das Backofengitter legen und im Ofen etwa 30 Minuten garen. Schnittlauch in Röllchen schneiden. Die Brösel in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Gegen Ende die Haselnüsse dazugeben und etwas mitrösten, bis alles goldbraun ist. In eine Schüssel füllen, Lammgewürz unterrühren, mit Chilisalز würzen, etwas abkühlen lassen und den Schnittlauch unterrühren.

Den Lammrücken in den Gewürzbröseln wenden und das Fleisch in Stücke schneiden.

Für das Pesto:

- ¼ Kopfsalat
- ½ Knoblauchzehe
- 1 Msp. Ingwerabrieb
- 1 Zitrone, davon ¼ TL Saft und Abrieb
- 1 TL gebräunte Pinienkerne
- ½ Bund glatte Petersilie
- 1 Muskatnuss, zum Reiben
- 4 EL Olivenöl
- 3 EL neutrales Pflanzenöl
- mildes Chilisalز
- Salz, aus der Mühle

Die Salatblätter waschen und trockenschleudern. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und zupfen. Die Petersilienblätter in kochendem Salzwasser blanchieren, in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und mit den Händen gut ausdrücken.

Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Ingwer schälen und reiben. Die Salatblätter mit Petersilie, Pinienkernen, Knoblauch, Ingwer, Zitronenschale und -saft sowie beiden Ölen in ein Gefäß geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit Chilisalز und Muskatnuss würzen.

Für den Spargel:

- 150 g weißer Spargel
- 150 g grüner Spargel
- 1 Knolle Ingwer à 1 cm
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Butter
- 4 EL Gemüsefond
- ½ TL Puderzucker
- 1 Vanilleschote
- 1 Muskatnuss, zum Reiben
- mildes Chilisalز

Den weißen Spargel schälen, den grünen Spargel waschen und nur im unteren Drittel schälen. Jeweils die holzigen Enden entfernen und die Spargelstangen schräg in Scheiben schneiden und die Spitzen halbieren. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Ingwer schälen und 2 Scheiben abschneiden. Vanilleschote längs halbieren und mit dem Messerrücken das Mark auskratzen. Den Puderzucker in einer Pfanne hell karamellisieren und beide Spargelsorten darin andünsten. Den Fond angießen, mit einem Blatt Backpapier bedecken und den Spargel bei milder Hitze 7 Minuten bissfest garen. Etwas Fond angießen. Am Ende der Garzeit die Butter unterrühren. Den Knoblauch mit Ingwer, Vanilleschote und -mark dazugeben, mit Chilisalز und Muskatnuss würzen. Kurz ziehen lassen, dann Knoblauch, Ingwer und Vanilleschote wieder entfernen.

Das Lamm auf warme Teller legen. Das Spargelgemüse daneben anrichten und das Pesto außen herum träufeln.