

**| Die Küchenschlacht – Menü am 20. April 2017 |**  
**Tagesmotto: "Kindergerichte" mit Johann Lafer**



**Olivia Illig**

**Paniertes Schweinefilet mit Rahm-Karotten und Kartoffelstampf**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für das Schweinefilet:**

1 Schweinefilet à 250 g  
 8 EL Semmelbrösel  
 1 Ei  
 2 EL Mehl  
 1 TL Paprikasalz  
 3 EL neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Schweinefilet waschen, trockentupfen und in ca. 2,5 cm dicke Medaillons schneiden. Mit Paprikasalz und Pfeffer würzen.

Aus Mehl, verquirltem Ei und Semmelbröseln eine Panierstraße bereitstellen. Die Medaillons zunächst in Mehl, dann im Ei und in den Bröseln panieren. Das Öl in der Pfanne erhitzen und die Medaillons rundum goldbraun anbraten.

Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und im vorgeheizten Ofen warmhalten.

**Für die Rahm-Karotten:**

400 g Karotten  
 1 Zwiebel  
 150 ml Gemüsefond  
 100 ml Sahne  
 3 TL getrockneter Estragon  
 1 EL Stärke  
 1 EL Butter  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Karotten schälen, von den Enden befreien und in Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen, fein würfeln und in einer Pfanne mit aufgeschäumter Butter anschwitzen. Die Karotten dazugeben und ca. 4 Minuten andünsten. Gemüsefond angießen und für 5 Minuten köcheln lassen.

Sahne und Estragon hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Stärke mit kaltem Wasser anrühren und den Karottensud damit abbinden.

**Für das Kartoffelstampf:**

450 g mehligkochende Kartoffeln  
 1 EL Butter  
 100 ml Milch  
 1 Muskatnuss, zum Reiben  
 Salz, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen, vierteln und im kochenden Wasser weich garen. Die Butter und die Milch erwärmen. Das Kochwasser der Kartoffeln abgießen. Die Milch und die Butter zu den Kartoffeln in den Topf geben und mit einem Kartoffelstampfer grob stampfen. Mit Muskat und Salz abschmecken.

Das panierte Schweinefilet mit Rahm-Karotten und Kartoffelstampf auf Tellern anrichten und servieren.



**Gabriela Steiner**

## **Chicken-Variation aus der Schatzkiste mit lila Kartoffelchips, Ananas-Salsa und Piratenmilch**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### **Für die Chicken-Nuggets:**

1 Hähnchenbrust à 200 g  
 100 g Cornflakes  
 2 EL Kokosflocken  
 100 g Mehl  
 1 Ei  
 1 EL Sahne  
 1 TL edelsüßes Paprikapulver  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Fritteuse auf 170 Grad erhitzen.

Die Cornflakes in einem Frischhaltebeutel zerstoßen und mit Kokosflocken vermengen. Das Hähnchen waschen, trockentupfen und in kleine Medaillons schneiden. Die Stücke mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen. Das Ei mit der Sahne verrühren. Chicken-Nuggets in Mehl, Ei und Cornflakes-Kokos-Bröseln panieren und in der Fritteuse goldgelb ausbacken.

Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und warm halten.

#### **Für die Chicken-Frühlingsrollen:**

1 Packung Filoteig  
 1 Hähnchenbrust à 150 g  
 25 g Mungobohnensprossen aus der Dose  
 1 Karotte  
 1 rote Paprika  
 100 g grüner Kohl  
 1 Knoblauchzehe  
 1 EL Sojasauce  
 1 TL Zucker  
 ½ Bund Koriander  
 2 EL Erdnussöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Hühnerfleisch waschen, trockentupfen und in kleine Stücke schneiden. Mit Salz würzen. Karotten schälen, von den Enten befreien und in feine Streifen schneiden. Den Kohl halbieren und ebenfalls in dünne Streifen schneiden. Paprika halbieren, das Kerngehäuse ausschneiden und in dünne Stifte schneiden.

Knoblauch abziehen und mit dem Koriander fein hacken. Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen, Hühnerfleisch, Knoblauch und Gemüse darin kurz scharf anbraten, würzen und mit Sojasauce abschmecken. Die Pfanne vom Herd nehmen und Koriander untermengen.

Filoteig ausrollen und in längliche Teile schneiden. Die Füllmasse darauf verteilen, zu einer länglichen Rolle einschlagen und im Ofen ca. 20 Minuten backen.

#### **Für die Chips:**

2 blaue Kartoffeln  
 2 festkochende Kartoffeln  
 400 ml Sonnenblumenöl  
 1 TL grobes Meersalz

Die Kartoffeln schälen und in hauchdünne Scheiben hobeln. Für ca. 10 Minuten in kaltem Wasser einlegen. Auf Küchenkrepp abtropfen.

Sonnenblumenöl in einem Topf gut erhitzen und die Chips darin kross ausbacken. Mit einer Schaumkelle abschöpfen, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit Meersalz würzen.

#### **Für die Salsa:**

1 Tomate  
 ½ Babyananas  
 2 EL Olivenöl  
 ½ Schalotte  
 30 g brauner Zucker  
 60 g Tomatenmark  
 75 g Ketchup  
 1 TL Weißweinessig  
 50 ml Gemüsefond

Die Tomate einschneiden und in heißem Wasser blanchieren. Die Tomate schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Schalotte abziehen und fein hacken. Die Ananas schälen, halbieren, Strunk entfernen und in kleine Stücke schneiden.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zucker darin leicht karamellisieren und die Schalotte darin anschwitzen. Tomatenmark und Ketchup dazugeben, Essig, Ananassaft und Gemüsefond angießen und reduzieren lassen. Ananas- und Tomatenwürfel dazugeben und aufkochen lassen.

Mit einem Stabmixer leicht pürieren und kalt stellen.

60 ml Ananassaft  
Salz, aus der Mühle

**Für den Kinderdrink:** Den Kokosjoghurt, Ananassaft und Sahne in einen Cocktailshaker geben und cremig mixen. Cocktail in einem Limonadenglas mit Crushed Ice anrichten, mit etwas gehackter Ananas und Cocktailkirschen garnieren.

100 g Kokosjoghurt  
200 ml Ananassaft  
60 ml Sahne  
50 g Crushed Ice  
2 Cocktailkirschen

Die Chicken-Variation aus der Schatzkiste mit lila Kartoffelchips und Ananas-Salsa auf Tellern anrichten und servieren. Die Piratenmilch separat dazu reichen.



**Johannes Schock**

## **"Susi und Strolch"-Teller – Spaghetti mit Hackbällchen in Tomatensauce**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Fleischbällchen:**

300 g Hackfleisch vom Rind  
 200 g Hackfleisch vom Schwein  
 12 englische Cracker  
 2 EL Dijonsenf  
 1 Ei  
 1 EL getrockneter Oregano  
 4 Zweige Rosmarin  
 Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Rosmarin abrausen, trockenwedeln, Nadeln von den Zweigen zupfen und mit den Crackers in der Moulinette fein zermahlen. Mit Hackfleisch, Oregano, Senf und Ei in eine Schüssel geben, kräftig salzen, pfeffern und gut verkneten. Mit den Händen kleine Bällchen formen, mit Olivenöl einreiben und mit Frischhaltefolie zugedeckt kühl stellen. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Fleischbällchen darin rundum etwa 5 Minuten anbraten.

**Für die Tomatensauce:**

400 g gehackte Tomaten  
 1 Zwiebel  
 2 Knoblauchzehen  
 ½ getrocknete Chili  
 2 EL Balsamico  
 1 Bund Basilikum  
 Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Basilikum abrausen, trockenwedeln und klein schneiden. Einige Blätter beiseitelegen. Chilischote längs halbieren, die Kerne herauskratzen und im Mörser cremig stoßen. .

In einem Topf mit Olivenöl die Zwiebel ca. 4 Minuten glasig dünsten. Balsamico, Knoblauch, Chili und Basilikum unterrühren. Tomaten dazugeben, aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Spaghetti:**

150 g Mehl  
 60 g Hartweizengrieß  
 2 Eier  
 2 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle

Mehl, Grieß, Eier und Öl zu einem kompakten Nudelteig verkneten. Den Teig im Kühlschrank 10 Minuten ruhen lassen.

Den Teig mit einer Nudelmaschine verarbeiten und zu zwei dünnen, langen Bahnen auswallen. Die Bahnen in Spaghetti schneiden und in einem Topf mit reichlich gesalzenem Wasser für etwa 4 Minuten al dente kochen.

Die Spaghetti durch ein Sieb abgießen.

**Für die Garnitur:**

75 g Parmesan

Pasta mit der Hälfte der Tomatensauce und einem Schuss Kochwasser vermischen. Auf einem tiefen Teller anrichten, ein paar Fleischbällchen darauf geben und mit den übrigen Basilikumblättern und geriebenen Parmesan bestreuen. Die übrige Sauce dazu reichen.

Die Spaghetti mit Hackbällchen in Tomatensauce auf Tellern anrichten und servieren.