

**| Die Küchenschlacht – Menü am 24. April 2017 |**  
**Leibgericht mit Christian Lohse**



**Linda Koch**

**Griechische Risoni-Pfanne mit Garnelen und Tomatensauce**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Risoni-Pfanne mit Garnelen:**

- 100 g Riesengarnelen (mit Schale)
- 100 g Riesengarnelen (küchenfertig)
- 100 g Risoni-Nudeln
- 1 Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 2 EL süßscharfe Asia-Chilisauce
- 1 EL Sojasauce
- 1 Limette (Saft)
- Zucker, zum Abschmecken
- Olivenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und die Nudeln darin gar kochen, anschließend gut abtropfen lassen. Garnelen längs am Rücken aufschneiden, Darm entfernen, von der Schale befreien, waschen und trockentupfen. Eine Garnele für die Garnitur in der Schale lassen. Knoblauch abziehen und fein würfeln. Einen Wok mit Olivenöl erhitzen und Garnelen darin unter Wenden etwa 2 Minuten anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Garnelen aus dem Wok nehmen und beiseite stellen. 2 Esslöffel Öl zugießen, Knoblauch zugeben und etwa 1 Minute andünsten. Die Nudeln zugeben und 1 weitere Minute anbraten, anschließend die Garnelen zugeben und weitere 2 Minuten braten. Mit 4 Esslöffel Wasser, etwas Limettensaft, Chili- und Sojasauce ablöschen und mit etwas Zucker abschmecken.

**Für die Tomatensauce:**

- 2 große Tomaten
- 1 rote Paprika
- ½ kleine Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 2 EL Ziegenfrischkäse
- 125 g Schmand
- 1 Zweig Basilikum
- 1 Prise Zucker
- ½ EL Olivenöl
- 2 Orangen (Saft)
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Paprika vierteln und von Kernen befreien. Tomaten auf der Unterseite kreuzweise einritzen. Tomaten und Paprikaviertel für etwa 30 Sekunden in kochendes Wasser geben, dann mit einer Schaumkelle herausnehmen und mit kaltem Wasser abschrecken. Anschließend mit einem Messer von der Haut befreien und in Würfel schneiden. Zwiebel abziehen und fein hacken. Knoblauch abziehen und eine halbe Zehe fein hacken. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Tomate und Paprika zugeben. Basilikum abbrausen und trockenwedeln und 2 Basilikumblätter hinzufügen. Mit Zucker, etwas Orangensaft, Salz und Pfeffer würzen. Schmand und Ziegenfrischkäse zugeben und leicht köcheln lassen

**Für die Garnitur:**

- 50 g Fetakäse
- 10 Kirschtomaten, an der Rispe
- 1 Zweig Basilikum
- Olivenöl, zum Anbraten
- Feines Meersalz, zum Würzen

Fetakäse in kleine Würfel schneiden. Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen und die Tomaten an der Rispe in die Pfanne geben und unter gelegentlichem Schwenken etwa 4 Minuten schmoren. Mit etwas Meersalz würzen. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und in feine Streifen schneiden.

Griechische Risoni-Pfanne mit Garnelen und Tomatensauce auf Tellern anrichten, Garnitur darüber verteilen und servieren.



**Daniel Bäzol**

## **Königsberger Klopse mit Petersilien-Kartoffeln und Kapernsauce**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Königsberger Klopse:**  
 400 g Hackfleisch vom Kalb  
 3 Sardellenfilets  
 ½ Zwiebel  
 1 trockenes Brötchen  
 100 g Kapern  
 100 ml Milch  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel abziehen und in kleine Würfel schneiden. Die Kapern klein hacken. Das Brötchen klein schneiden und in Milch einweichen, dann etwas ausdrücken und mit Zwiebeln, Kapern, Hackfleisch, Salz und Pfeffer vermischen. Die Sardellenfilets, abspülen und trocken tupfen. Kleinhacken und mit in die Hackmasse kneten. Aus der Hackmasse mit den Händen golfballgroße Kugeln formen.

**Für die Petersilien-Kartoffeln:**  
 6 festkochende Kartoffeln  
 2 Lorbeerblätter  
 2 Zweige glatte Petersilie  
 1 EL Butter  
 Salz, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen und in einem Topf mit reichlich gesalzenem Wasser zum Kochen bringen. Lorbeerblätter mit ins Kochwasser geben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und die Blätter klein hacken. Nach ca. 20 Minuten die Kartoffeln abgießen und ausdampfen lassen. Mit der Petersilie bestreuen und mit der Butter im Topf schwenken.

**Für die Kochbrühe:**  
 2 Lorbeerblätter  
 1 TL Piment  
 1 TL Wachholder  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

2 Liter Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Piment und Wachholder in einem weiteren Topf kurz anrösten. Wenn das Wasser kocht, die Klopse hinzugeben. Piment und Wachholder ebenfalls hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hitze reduzieren und die Klopse 20 Minuten gar ziehen lassen. Anschließend die Klopse aus der Brühe nehmen und die Brühe durch ein Sieb passieren. Etwa 500 ml der Brühe für die Sauce beiseite stellen.

**Für die Kapernsauce:**  
 500 ml Kochbrühe  
 2 Sardellenfilets  
 1 EL Butter  
 2 EL Mehl  
 100 g Kapern  
 1 Zitrone (Saft)  
 Zucker, zum Abschmecken  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Butter in einem kleinen Topf erhitzen und aufschäumen lassen. Das Mehl einrühren und anschwitzen, ohne dass es dabei Farbe annimmt. Die passierte Kochbrühe hinzufügen. Anschließend die Sauce aufkochen lassen und die Kapern hinzugeben. Sardellenfilets kleinschneiden und hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und etwas Zitronensaft abschmecken.

Die Klopse mit Kartoffeln auf tiefen Tellern anrichten, die Kapernsauce über die Klopse geben und servieren.



**Daniela Pralle**

## **Schwäbischer Zwiebelrostbraten mit selbstgemachten Spätzle**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für den Zwiebelrostbraten:** Den Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Pfanne erhitzen. 400 g Roastbeef Das Roastbeef in zwei Scheiben schneiden, waschen und trocken tupfen. 3 weiße Zwiebeln Vor dem Braten mit Olivenöl einreiben und etwa 2 Minuten von beiden Seiten scharf anbraten. Dann für 10 Minuten in den Ofen geben. 200 g Pflanzenfett Die Zwiebeln abziehen und in Ringe schneiden. Mehl, Puderzucker und 1 TL Olivenöl Salz vermengen und die Zwiebeln darin wenden. Im Pflanzenfett goldgelb ausbacken und auf Küchenkrepp abtropfen kann. 2 EL Puderzucker 1 EL Mehl Salz, aus der Mühle

**Für die Spätzle:** Einen Topf mit Wasser zum kochen bringen. Mehl, Hartweizengrieß, 200 g Mehl Kurkuma, Eier und Essig mit etwas Wasser zu einem festen Teig vermengen. Den Teig mit einer Spätzlepresse in das kochende Wasser pressen. Wenn die Spätzle an der Oberfläche schwimmen, diese mit einer Schaumkelle aus dem kochenden Wasser nehmen und im kalten Wasser abschrecken. Anschließend in einem Sieb gut abtropfen lassen. Vor dem Servieren kurz in einer Pfanne mit Butter und etwas Salz schwenken. 100 g Hartweizengrieß 1 ½ TL Kurkuma 2 Eier 2 EL Essig 1 EL Butter Salz, aus der Mühle

**Für die Sauce:** Die Zwiebel abziehen und in kleine Würfel schneiden. In einer heißen Pfanne mit Butterschmalz, etwas Salz und Puderzucker anbraten, bis sie schön glasig sind. Mit Mehl bestäuben und vermengen, das Tomatenmark dazugeben und anbraten. Mit Portwein ablöschen und unter stetigem weiterrühren den Rinderfond dazugeben. Sauce köcheln lassen und mit 1 TL mittelscharfer Senf, Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken. 1 Zwiebel 100 ml Portwein 400 ml Rinderfond 3 EL Tomatenmark 1 EL Mehl 1 Prise Puderzucker 1 TL Paprikapulver Butterschmalz, zum Anbraten Salz, aus der Mühle Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schwäbischen Zwiebelrostbraten mit Spätzle auf Tellern anrichten und servieren.



**Martin Daffner**

Tournedo vom Rinderfilet mit gebratenem grünen Spargel, Pommes-carées und Pfeffer-Hollandaise

**Zutaten für zwei Personen**

**Für das Rinderfilet:**

2 Rinderfilet Tournedos à 180 g  
 8 Cocktailtomaten an der Rispe  
 2 Zehen Knoblauch  
 1 Zweig Rosmarin  
 2 Zweige Thymian  
 2 EL Butterschmalz  
 Feines Meersalz  
 Grober Tellicherry Pfeffer

Ofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Tournedos mit dem Küchengarn binden und mit etwas Fleur de Sel würzen. In einer heißen Eisenpfanne mit dem Butterschmalz, Rosmarin, Thymian und den angebrückten Knoblauchzehen etwa 2 Minuten von jeder Seite anbraten. Die Tomaten samt Rispe in die Pfanne geben.

In den Ofen geben und mit Hilfe eines Fleischthermometers bis auf 52 Grad Kerntemperatur garen. Sobald diese erreicht ist den Ofen ausschalten und die Tür etwas offen lassen. Mit dem Pfeffer und Salz würzen.

**Für den gebratenen Spargel:**

1 Bund grüner Spargel  
 ½ Zitrone (Saft)  
 1 EL Butter  
 2 EL Olivenöl  
 Zucker, zum Abschmecken  
 Feines Meersalz  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Spargeln am unteren Ende schälen und den holzigen Teil abschneiden. Butter und Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Spargel langsam braten. Mit etwas Zucker und Salz würzen und den Spargel bei kleiner Hitze garen bis er weich ist. Mit etwas Zitronensaft ablöschen.

**Für die Pommes-carrées:**

400 g lila Kartoffeln  
 200 ml Olivenöl  
 2 Zweige Rosmarin  
 Feines Meersalz  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und klein hacken.

Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Kartoffel darin knusprig braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Meersalz, Pfeffer und Rosmarin würzen.

**Für die Pfeffer-Hollandaise:**

1 Zitrone (Saft)  
 2 Eigelb  
 150 g Butter  
 50 ml Weißwein  
 1 EL Estragon-Essig  
 Feines Meersalz  
 Bunte Pfeffermischung

Fünf Minuten vor Ende der Garzeit des Fleisches mit der Sauce beginnen. Butter in einer kleinen Kasserolle erhitzen, schmelzen lassen und klären. Dafür die Butter aufkochen lassen und den aufsteigenden Schaum mit einer Schaumkelle abnehmen. Den Schaum so lange abnehmen bis die Butter klar ist und nicht mehr sprudelt.

Weißwein, Estragon-Essig und Eigelb über einem Wasserbad schaumig aufschlagen. Nach und nach die Butter unterrühren bis eine dickflüssige Sauce entsteht. Mit Salz, Pfeffer, gestoßenem Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken.

Tournedo vom Rinderfilet mit gebratenem grünen Spargel, Pommes-carées und Pfeffer-Hollandaise auf Tellern anrichten und servieren.



**Marina Lindemann**

**Entenbrust mit Rotwein-Schalotten, Kräuterseitling-Spargel-Gemüse und Kartoffel-Fächer mit Sauerrahm-Dip**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Entenbrust:**  
 1 Entenbrustfilet à 375 g  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 170 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Entenbrust waschen und trocken tupfen. Die Haut rautenförmig einschneiden, darauf achten nicht in das Fleisch einzuschneiden. Pfanne ohne Fett erhitzen. Entenbrust mit der Hautseite nach unten etwa 5 Minuten braten, bis sie gebräunt ist. Nun wenden und etwa 2,5 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und für 16 Minuten in den Ofen geben. Anschließend die Entenbrust aus dem Ofen nehmen und in Alufolie etwa 5 Minuten ruhen lassen.

**Für die Rotwein-Schalotten:**  
 200 g Schalotten  
 30 g kalte Butter  
 100 ml Rotwein  
 40 ml Portwein  
 50 ml Gemüsefond  
 1 EL Agavendicksaft  
 2 EL Apfelbalsamico  
 1 Zweig Thymian  
 Salz, aus der Mühle

Die Schalotten abziehen und achteln. Thymian abrausen und trockenwedeln. Schalotten in die Pfanne geben, in der die Entenbrust angebraten wurde und diese erhitzen. Apfelbalsamico und Agavendicksaft hinzufügen und kurz einkochen lassen. Nun das Ganze mit Rotwein, Gemüsefond und Portwein ablöschen. Alles aufkochen lassen, damit der Alkohol verkocht. Thymian hinzufügen und bei geringer Hitze köcheln lassen. Anschließend Topf vom Herd nehmen, kurz abkühlen lassen, sodass es nicht mehr köchelt und kalte Butter unterrühren. Mit Salz abschmecken.

**Für die Kartoffelfächer:**  
 4 festkochende Kartoffeln  
 1 Zweig krause Petersilie  
 ½ Bund Schnittlauch  
 Butter, zum Anbraten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen Topf mit Salzwasser erhitzen. Kartoffeln gründlich waschen und mit Schale weiterverarbeiten. Kartoffeln in Scheiben schneiden, allerdings nicht ganz durchschneiden und für etwa 10 Minuten in Salzwasser kochen. Anschließend herausnehmen, auf ein Backblech geben und mit etwas Öl beträufeln. Für etwa 10 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. In der Zwischenzeit Petersilie und Schnittlauch abrausen, trockenwedeln und fein hacken. 2 Minuten vor Ende der Backzeit Petersilie und Schnittlauch über die Kartoffeln streuen, nochmals mit Öl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen.

**Für das Gemüse:**  
 200 g Kräutersaitlinge  
 200 g grüner Spargel  
 ½ kleine Zwiebel  
 40 g Bacon  
 20 g Butter  
 ½ Zitrone (Abrieb)  
 Olivenöl, zum Anbraten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kräutersaitlinge putzen und in Würfel schneiden. Den Spargel waschen und in etwa 1 cm große Rauten schneiden. Die Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen und Bacon anbraten. Zwiebel hinzugeben und andünsten. Kräutersaitlinge und Spargel hinzufügen und alles gar werden lassen. Anschließend Butter hinzufügen und mit etwas Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für den Sauerrahm-Dip:**  
 2 EL Crème fraîche

Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Petersilie und Schnittlauch abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Crème fraîche, saure Sahne, Zwiebel, Petersilie und Schnittlauch in einer Schüssel

2 EL saure Sahne vermengen und mit etwas Zitronensaft Salz und Pfeffer abschmecken.  
½ kleine Zwiebel  
1 Zweig krause Petersilie  
½ Bund Schnittlauch  
½ Zitrone (Saft)  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Entenbrustfilet mit Rotwein-Schalotten, Kräutersaitling-Spargel-Gemüse und Kartoffel-Fächer mit Sauerrahm-Dip auf Tellern anrichten und servieren.





**Jörg Bornmann**

## Zanderfilet mit Paprikakraut und Riesling-Schaum

**Zutaten für zwei Personen**

- Für das Paprikakraut:** Paprikaschoten waschen, trocken tupfen, halbieren, die Kerne entfernen und in grobe Stücke teilen.  
 1 rote Paprikaschote  
 1 gelbe Paprikaschote Diese mit dem Fond in eine Moulinette geben und sehr fein pürieren.  
 1 kleine Kartoffel Den Saft durch ein Tuch in einen Topf pressen.  
 200 ml Gemüsefond Zwiebel abziehen, in dünne Streifen schneiden und in einer Pfanne in heißem Schmalz anschwitzen. Mit Zucker bestreuen und die Zwiebel karamellisieren lassen. Das Sauerkraut zufügen und mit anschwitzen.  
 1 Zwiebel Paprikapulver untermischen und Paprikasaft dazugießen.  
 2 EL Butterschmalz Die Kartoffel schälen und etwa die Hälfte fein reiben und unterrühren.  
 1 EL Zucker Das Kraut unter gelegentlichem Umrühren bei mittlerer Hitze etwa 20 Minuten leise kochen lassen.  
 400 g Sauerkraut  
 ½ EL edelsüßes Paprikapulver  
 25 g Butter  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für das Zanderfilet und Schaum:** Schalotten abziehen, würfeln und in einem Topf mit Öl anschwitzen.  
 600 g Zanderfilet (mit Haut) Mit dem Riesling ablöschen, Fischfond und Sahne zugießen.  
 2 Schalotten Alles bei offenem Topf auf etwa die Hälfte reduzieren lassen.  
 1 Zehe Knoblauch Sauce mit Salz und Pfeffer würzen.  
 150 ml halbtrockenen Riesling Zanderfilet abbrausen, trocken tupfen und in 2-3 Stücke schneiden.  
 150 ml Fischfond Mit Salz und Pfeffer würzen, die Hautseite bemehlen.  
 75 g Sahne Den Fisch im restlichen Öl zusammen mit den Kräutern und dem angedrückten Knoblauch in einer beschichteten Pfanne auf der Hautseite etwa 5 Minuten braten.  
 1 Zweig Thymian  
 1 Zweig Rosmarin  
 50 g Butter  
 etwas Mehl, zum Bestäuben Sahne schlagen. Butter und geschlagene Sahne zur Riesling-Sauce geben und mit dem Pürierstab schaumig mixen.  
 1 EL Sahne  
 2 EL Rapsöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Paprikakraut mit dem Zander auf Teller anrichten. Riesling-Schaum um das Kraut verteilen und servieren.