

| Die Küchenschlacht – Menü am 18.08.17 |
Finalgericht von Alfons Schuhbeck



Rinderlende mit Zatarkruste, Safrankarotten, lauwarmen Spinat-Salat und Knoblauch-Sauce

Zutaten für zwei Personen

Für die Rinderlende:

2 Rinderlendensteak (aus dem Mittelstück, ca. 2,5 cm dick)
½ TL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Rinderlendensteaks bei mittlerer Hitze von allen Seiten anbraten. Hausnehmen, auf das Ofengitter legen und 15-20 Minuten saftig durchziehen lassen. Fleischstücke herausnehmen und mit Salz und Pfeffer würzen. Backofen auf Grillfunktion umstellen.

Für die Zatarkruste:

1 Zehe Knoblauch
35 g Toastbrot
60 g weiche Butter
1 TL scharfer Senf
1 TL Zatar
¼ Bund glatte Petersilie
3 g Parmesan
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Toastbrot in einer Moulinette zu Bröseln mixen. Butter schaumig rühren. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Parmesan reiben. Knoblauch abziehen, halbieren und eine Hälfte feinreiben. Senf, Zatar, 1 TL Petersilie, 1 TL Parmesan und Knoblauch unter die Butter rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und Brösel untermengen.

Die Zatar-Butter auf Steaks verteilen und Fleisch für 3-4 Minuten im unteren Drittel des Backofens fertig garen.

Für die Knoblauch-Sauce:

1 kleine gegarte Kartoffel
4 Zehen Knoblauch
1 Ei
150 ml Sonnenblumenöl
Salz, aus der Mühle

Den Knoblauch abziehen und reiben. Eiweiß vom Eigelb trennen. Knoblauch mit Eiweiß und der Kartoffel in ein hohes Gefäß geben und pürieren. Öl erst tröpfchenweise und dann in einem dünnen Strahl hinzugeben, bis die Sauce eine mayonnaisenartige Konsistenz annimmt. Mit Salz und Zucker abschmecken.

Für die Safrankarotten:

250 g Karotten
10 Safranfäden
80 ml Gemüsefond
1 EL kalte Butter
Mildes Chilisalz, zum Würzen

Die Safranfäden in 2 EL Gemüsefond einweichen. Karotten schälen, in schmale Stifte schneiden. Restlichen Gemüsefond in einem Topf erhitzen, Karotten-Stifte hinzugeben und mit einem Backpapier bedeckt ca. 10 Minuten bissfest dünsten lassen. Die Flüssigkeit darf in der Zeit fast vollständig verkocht sein. Eingeweichten Safran untermengen, Butter unterrühren und mit Chilisalz würzen.

Für den Spinat-Salat: Den Spinat verlesen, abbrausen und trocken tupfen. Knoblauch abziehen. 100 g Babyspinat Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Ingwer, Knoblauch und 1 Limette (Schale) Spinat in eine tiefe Pfanne geben und 1 Minute garen lassen. Zitrone 1 Zitrone (Saft) halbieren, auspressen und Saft auffangen. Limettenschale abreiben. 1 Zehe Knoblauch Spinat in eine Schüssel geben, mit Olivenöl, Zitronensaft und 0,3 cm Knolle Ingwer Limettenschale abschmecken und Chilisalz würzen. 2 TL Olivenöl Mildes Chilisalz, zum Würzen

Die Rinderlendensteaks mit Safrankarotten und lauwarmen Spinat-Salat auf Tellern anrichten, Knoblauch-Sauce herumgeben und servieren.

Zusatzbestellung von Daniel: Daniel hat seine Sesamkörner unter den Spinatsalat gehoben. Anstatt 2 EL Sesamkörner, 1 Granatapfel, scharfem Senf benutzte er 1 TL Dijon-Senf für die Zatarkruste und 2 EL Dijon-Senf mischte 2 TL Senf in die Vinaigrette des Salates. Den Granatapfel hat er entkernt und die Kerne unter den Salat gemengt.

Zusatzbestellung von Tim: Tim hat den Sesam nicht in seinem Gericht verwendet. 2 EL Sesamkörner

| Die Küchenschlacht – Menü am 18.08.17 |
Zusatzgericht von Alfons Schuhbeck



Rinderlende und Spinat-Karotten-Salat mit Safran-Marinade

Zutaten für zwei Personen

Für die Rinderlende:

200 g Rinderlende
Olivenöl, zum Braten
Mildes Chilisalز
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in 1 cm breite Stücke schneiden. Eine Pfanne auf mittlerer Temperatur erhitzen, Pfanne mit Öl einstreichen und Fleisch scharf anbraten. Vom Herd nehmen und mit Chilisalز und Pfeffer würzen. Mit Olivenöl beträufeln.

Für den Spinat-Karotten-Salat:

1 Karotte
100 g Babyspinat
¼ Bund Basilikum

Die Spinatblätter waschen und trocken tupfen. Karotte schälen und in Scheiben schneiden. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und zupfen. Spinat, Karotte und Basilikum in einer Schüssel vorsichtig vermengen.

Für die Knoblauch-Sauce:

1 kleine gegarte Kartoffel
4 Zehen Knoblauch
1 Ei
150 ml Sonnenblumenöl
Salz, aus der Mühle

Den Knoblauch abziehen und reiben. Eiweiß vom Eigelb trennen. Knoblauch mit Eiweiß und der Kartoffel in ein hohes Gefäß geben und pürieren. Öl erst tröpfchenweise und dann in einem dünnen Strahl hinzugeben, bis die Sauce eine mayonnaisenartige Konsistenz annimmt. Mit Salz und Zucker abschmecken.

Für die Safran-Mariande:

10 Safranfäden
3 EL Gemüsefond
1 Limette (Saft + Abrieb)
Mildes Chilisalز

Den Gemüsefond erwärmen und Safranfäden darin einweichen. Limetteschale abreiben, halbieren, auspressen und Saft auffangen. Aromatisierten Fond mit 2 EL Knoblauch-Sauce, 2 TL Limettensaft und 1 TL Limettenabrieb vermengen. Mit Chilisalز abschmecken.

Die Marinade über den Salat geben und vorsichtig durchmischen.

Den Spinat-Karotten-Salat mit Safran-Marinade auf Tellern anrichten, Rinderlende anlegen und servieren.