

| Die Küchenschlacht – Menü am 28. August 2017 |
Leibgericht mit Christian Lohse



Juhmanah Kabbany

Kokos-Risotto mit fruchtigem Wokgemüse und Tofu im Sesam-Mantel

Zutaten für zwei Personen

- Für das Risotto:** Die Kokosmilch mit Fond in einem Topf vermengen und erwärmen.
 150 g Risotto Reis Schlotten und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Ingwer schälen und
 2 Schalotten fein hacken.
 3 cm Knolle Ingwer In einem Topf etwas Öl erhitzen, Schalotten, Knoblauch und Ingwer darin
 1 Zehe Knoblauch anschwitzen. Reis dazu geben und kurz anschwitzen. Nach und Nach mit
 400 ml Kokosmilch Kokosmilch-Fond-Mischung ablöschen und weiter mit geschlossenem
 200 ml Gemüsefond Deckel und unter ständigem Rühren ca. 25-30 Minuten einkochen lassen.
 ½ Bund Koriander Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Koriander abbrausen, trockenwedeln,
 Kokosöl, zum Braten fein hacken und unter das Risotto geben.
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für das Wokgemüse:** Die Frühlingszwiebeln waschen, trocken tupfen, von der äußeren Schale
 2 Frühlingszwiebeln und Wurzel befreien und in schräge Ringe schneiden. Karotten schälen
 2 Karotten und in schräge Scheiben schneiden. Champignons putzen und in Scheiben
 150 g Zuckerschoten schneiden.
 150 g braune Champignons Zuckerschoten waschen und trocken tupfen.
 ½ Dose Bambusschösslinge Öl im Wok erhitzen. Karotten, Frühlingszwiebeln, Zuckerschoten und
 ½ Mango Champignons hineingeben und kurz anbraten. Danach die
 3 EL Sojasauce kleingeschnittene Mango und den Bambus kurz mitanbraten. Mit Sojasauce
 Chiliflocken, zum Würzen und 2 EL Wasser ablöschen. Mit Chiliflocken, Salz und Pfeffer
 Sesamöl, zum Braten abschmecken. Deckel auflegen und 7 Minuten bissfest garen.
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für den Tofu:** Tofu in 1-2 cm breite Streifen schneiden. Knoblauchzehen abziehen und
 250 g Tofu auspressen.
 1 Knoblauchzehe In einer flachen Schale Sojasauce, ½ TL Sriracha und den ausgepressten
 1 TL Sriracha-Chilisauce Knoblauch vermengen. In einer zweiten Schale Paniermehl, Sesamsamen
 1 EL Sojasauce und eine Prise Salz und Pfeffer verrühren. Tofu erst in die Soja-Mischung
 80 g Paniermehl tunken und dann von allen Seiten in der Sesam-Mischung wälzen, bis er
 3 EL Sesamsamen vollständig bedeckt ist.
 1 EL Sesamöl In einer großen Pfanne 1 EL Sesamöl erhitzen. Tofuscheiben 2 Minuten
 Salz, aus der Mühle von jeder Seite darin anbraten, bis sie goldbraun sind.
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Kokos-Risotto mit Wokgemüse und Tofu in tiefen Tellern anrichten und servieren.



Moritz Laux

Pfifferling-Risotto mit Jakobsmuscheln und Parmesan-Schaum

Zutaten für zwei Personen

- Für das Pfifferling-Risotto:** Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Knoblauchzehe abziehen, fein hacken. In einer Pfanne 1 EL Öl erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin glasig dünsten. Risotto-Reis dazugeben und 1 Min. mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen und bei mittlerer Hitze vollständig einkochen lassen. Risotto weitere 20 Minuten unter Rühren garen, dabei nach und nach Gemüsefond zum Reis geben. Währenddessen Pfifferlinge putzen. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Pfifferlinge dazugeben, 2-3 Minuten mitbraten, salzen und pfeffern. Parmesan reiben und Petersilie hacken. 2 Min vor Ende die Pilze mit Parmesan und Petersilie unter das Risotto mischen.
- 250 g frische Pfifferlinge
 - 150 g Risotto-Reis
 - 1 Schalotte
 - 1 Knoblauchzehe
 - 150 ml Weißwein
 - 600 ml Gemüsefond
 - ½ Bund Frische Petersilie
 - 80 g Parmesan
 - 2 EL Olivenöl
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Jakobsmuscheln:** Etwa 3 Minuten vor Ablauf der 35 Minuten 2 EL Butter in einer heißen Pfanne schmelzen und die Jakobsmuscheln von jeder Seite 1 Minute anbraten. Rosmarin, Thymian abzupfen und Knoblauch ausdrücken, anschließend mit in die Pfanne geben. Jakobsmuscheln mit Salz und Pfeffer würzen.
- 6 ausgelöste Jakobsmuscheln
 - 2 Rosmarinzweige
 - 2 Thymianzweige
 - 2 Knoblauchzehen
 - 2 EL Butter
 - Schnittlauchblüten, zum Garnieren
 - Blutampfer, zum Garnieren
- Für den Parmesan-Schaum:** Für den Schaum Schalotte abziehen und klein hacken, anschließend in einem Topf mit 1 EL Butter farblos anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und diesen nahezu einkochen. Danach den Geflügelfond angießen und diesen um die Hälfte einkochen lassen. 100 ml Sahne mit in den Topf geben und mit einem Stabmixer 2 EL Butter unterarbeiten. Die Sauce abschmecken. Den Parmesan fein reiben und ebenfalls mit dem Stabmixer unterarbeiten. Eine halbe Zitrone auspressen. Mit etwas Zitronensaft die Sauce abschmecken. Kurz vor Schluss mit Sojalecithin zu einem Schaum mixen.
- 80 g Parmesan
 - 200 ml Geflügelfond
 - 100 ml Sahne
 - 80 ml Weißwein
 - 1 Schalotte
 - 3 EL Butter
 - ½ Zitrone
 - 3 g Sojalecithin
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Pfifferling-Risotto mit Jakobsmuscheln und Parmesan-Schaum auf Tellern anrichten, mit Schnittlauchblüten und Blutampfer garnieren, anschließend servieren.



Dea Bohde

Rindertatar mit Forellenkaviar und Kartoffelrösti

Zutaten für zwei Personen

Für das Tatar mit Forellenkaviar: Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen, in feine Würfel schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Schalotte abziehen und hacken. Anchovis und Kapern fein hacken und zum Fleisch geben. Ei aufschlagen, Eigelb mit Öl vermengen und Fleischmasse darin wenden. Eine halbe Zitrone auspressen. Mit Worcestershire, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Forellenkaviar und Creme fraiche bereit stellen.

125 g Rinderfilet
 2 Anchovis
 50 g Forellenkaviar
 1 Schalotte
 ½ Zitrone
 1 EL Kapern
 1 Ei
 120 g Crème fraîche
 Worcestershiresauce, zum Abschmecken
 neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Rösti: Die Kartoffel schälen, reiben und gut ausdrücken. Zwiebel abziehen und die Hälfte reiben, anschließend mit Kartoffelmasse vermengen. Mit Salz würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelmasse portionsweise darin knusprig braten. Rösti aus der Pfanne nehmen, entfetten und mit einem Ring ausstechen. Als unterste Schicht auf dem Teller anrichten. Rindertatar auf das Rösti schichten, anschließend mit Creme fraiche bestreichen und Forellenkaviar zum Schluss oben drauf geben.

1 festkochende Kartoffel
 1 Zwiebel
 neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle

Für die Garnitur: Brunnenkresse, Feldsalat und Radicchio waschen, trockenschleudern und klein zupfen.

Brunnenkresse, zum Garnieren
 Feldsalat, zum Garnieren
 Radicchio, zum Garnieren

Das Tatar mit Forellenkaviar auf Rösti anrichten, mit Salat garnieren und servieren.



Hans Ritter

Kalbsleber-Geschnetzeltes mit Champignon-Calvados-Sauce und Kartoffelstampf

Zutaten für zwei Personen

Für die Kalbsleber und Sauce:

300 g Kalbsleber
 200 g helle Champignons
 1 Zwiebel
 30 g Sahne
 150 ml Kalbsfond
 2 cl Calvados
 1 EL Mehl
 2 EL Sonnenblumenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel abziehen und in dünne Streifen schneiden. Champignons putzen und in dünne Scheiben schneiden. Zwiebeln in 1 EL Öl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze goldbraun andünsten. Leber waschen, trockentupfen und in dünne Streifen schneiden. Champignons zu den Zwiebeln geben und mitbraten. Beides aus der Pfanne nehmen und mit Salz und Pfeffer würzen. Restliches Öl in der Pfanne erhitzen und die Leberstreifen dazugeben. Kurz anbraten. Mit Mehl bestäuben und wenden. Champignons und Zwiebeln wieder in die Pfanne zurückgeben und mit Fond ablöschen. Aufkochen lassen und Calvados hinzugeben. Sahne unterrühren und abschmecken.

Für den Kartoffelstampf:

200 g Kartoffeln festkochend
 20 g Butter
 30 g Sahne
 30 ml Milch
 Muskatnuss, zum Reiben
 1 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen und vierteln. In kochendem Salzwasser weich kochen. Milch, Schlagsahne und 20 g Butter in einem Topf 3 Minuten einkochen lassen. Kartoffeln abgießen und mit einem Kartoffelstampfer in den noch heißen Topf zu einem Stampf stampfen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Milch-Sahne-Mischung in einem kleinen Topf aufkochen. Heiße Milch nach und nach unter den Stampf rühren und im Anschluss mit Olivenöl beträufeln.

Für die Garnitur:

2 EL Semmelbrösel
 1 EL Butter
 3 Stängel glatte Petersilie

Die Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen und Semmelbrösel darin unter Rühren goldbraun rösten. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und Blättchen abzupfen.

Kalbsleber-Geschnetzeltes mit Champignon-Calvados-Sauce und Kartoffelstampf auf Tellern anrichten. Semmelbutter über den Stampf geben, mit Petersilie garnieren und servieren.



Constanze Rostock-Wilhelm

Lachsfilet mit selbstgemachten Knöpfe in Rahm-Spinat

Zutaten für zwei Personen

Für die Knöpfe:

400 g Knöpfmehl
100 g Weizengrieß
250 ml Milch
4 Eier
100 g Butter
3 TL Salz

Muskat, zum Abschmecken

Für die Knöpfe Eier aufschlagen und mit Knöpfmehl, Weizengrieß, Milch und Wasser in einer Schüssel gründlich vermengen. Mit Salz und Muskat abschmecken. Den Teig einen Moment ruhen lassen. Im Anschluss einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Den Teig durch ein Knöpflesieb in das siedende Wasser geben. Nach 5 Minuten die Knöpfli mit einem Schaumlöffel herausnehmen und in einer Pfanne mit etwas Butter schwenken.

Für den Spinat:

1 kg frischer Blattspinat
200 g Sahne
1 TL gemahlener Koriander
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Spinat waschen und trocknen. Spinatblätter mit Koriandergewürz zusammen in einer Pfanne mit etwas Wasser dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss Sahne dazugeben und vermengen.

Für den Lachs:

2 Lachsfilet, à 150 g, ohne Haut
1 Zitrone
100 g Butterschmalz
Salz, aus der Mühle

Lachs waschen und trocken tupfen, anschließend in Stücke schneiden. In einer Pfanne mit Butterschmalz die Lachsstücke braten, mit etwas Salz würzen. Eine halbe Zitrone auspressen und den Fisch mit etwas Saft beträufeln.

Für die Garnitur:

100 g Parmesan
1 rote Paprika

Parmesan reiben. Paprika in Streifen schneiden.

Knöpfe und Rahm-Spinat miteinander vermengen und auf großen Tellern anrichten. Die Lachsstücke darauf verteilen, mit Parmesan bestreuen und mit Paprika garnieren.



Alexander Lurz

Currywurst de luxe mit zweierlei Pommes und Farmersalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Currywurst und Sauce: Die Cola in einen Topf geben und bei starker Hitze einkochen, bis noch etwa $\frac{1}{4}$ Flüssigkeit übrig ist. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Apfelmus unterrühren und Ketchup zugeben. Currypulver, Worcestershiresauce, 1 TL Zitronensaft und Chilisauce zugeben und zu einer Sauce vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bratwürste in der Pfanne braten und entfetten. Anschließend in Scheiben schneiden.

- 2 grobe Bratwürste
- 1 Zitrone (Saft)
- 2,5 EL Apfelmus
- 175 ml Ketchup
- 200 ml Cola
- 1 EL Worcestershiresauce
- 1,5 TL scharfe Chilisauce
- 1 EL Currypulver
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Pommes: Beide Kartoffelsorten schälen und in dünne Stifte schneiden. In die Fritteuse geben, entfetten und mit Salz würzen.

- 500 g mehligkochende Kartoffeln
- 500 g Süßkartoffeln
- Sonnenblumenöl
- Salz, aus der Mühle

Für den Farmersalat: Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und die Blättchen klein schneiden. Möhre und Sellerie schälen und raspeln. Apfel schälen, halbieren Kerngehäuse entfernen und in kleine Stücke schneiden. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Joghurt, 1 TL Zitronensaft und Salatcreme verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Möhre, Sellerie und Joghurtcreme vermengen und nochmals abschmecken.

- 1 Möhre
- 1 Zitrone (Saft)
- 1 Apfel
- 50 g Knollensellerie
- 40 g Vollmilch-Joghurt
- 1 EL Salatcreme
- 2 Zweige krause Petersilie
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Currywurst in einem Glas schön anrichten, zweierlei Pommes und Farmersalat daneben geben und servieren.