

▪ **Die Küchenschlacht "Promi-Woche" – Menü am 19. Dezember 2017** ▪
Vorspeise mit Nelson Müller



Jochen Schropp

Gratiniertes Avocado-Garnelen-Pfännchen mit selbstgebackenem Pfannenbrot

Zutaten für zwei Personen

Für das Pfännchen:

6 Riesengarnelen ohne Schale
 2 Avocados
 1 Knoblauchzehe
 1 Zitrone
 75 g Gruyère am Stück
 250 g Crème fraîche
 125 g Sahne
 2 EL Olivenöl
 4 Zweige Rosmarin
 Meersalz, zum Abschmecken
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Die Riesengarnelen waschen, trockentupfen und in einer Pfanne mit Olivenöl, angedrücktem Knoblauch und Rosmarin scharf anbraten.

Crème fraîche und Sahne mischen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Zitronenschale abschmecken.

Avocado in Scheiben schneiden und abwechselnd Garnele und Avocado in feuerfester Form auslegen. Mit der Sahne begießen und Gruyère darüber reiben, salzen und pfeffern.

Im Ofen backen bis der Käse goldbraun verlaufen ist.

Für das Pfannenbrot:

250 g Mehl
 150 g lauwarmes Wasser
 6 getrocknete Tomaten in Öl
 20 g Hefe
 1 TL Zucker
 2 EL Butterschmalz
 ¼ TL Arabisches Kaffeegewürz
 1 TL feines Salz

Wasser, Zucker und Hefe in einer Küchenmaschine mit Knethacken

1 Minute verrühren. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Die getrockneten Tomaten abtropfen lassen und grob hacken.

Mehl, Kaffeegewürz, Tomaten, Rosmarin und Salz dazugeben und weitere 2 Minuten verkneten.

Den Teig etwa 20 Minuten gehen lassen, nochmals von Hand durchkneten, in 6 Stücke teilen und flachdrücken.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Teigfladen von beiden Seiten hellbraun anbraten.

Das Avocado-Pfännchen mit Röstbrot auf Tellern anrichten und servieren.



Ulla Kock am Brink

Gepfeffertes Thunfisch mit Tomaten-Brot-Salat, Rucola und Zitronengras-Schaum

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

1 Thunfischfilet à 200 g
 1 EL Zitronenpfeffer
 neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle

Den Thunfisch waschen, trockentupfen und in einer sehr heißen Grillpfanne mit Öl etwa 1 Minute pro Seite anbraten. In einer flachen Schale den Zitronenpfeffer bereitstellen und den gebratenen Fisch darin rundum wälzen.

Für den Salat:

5 Strauchtomaten
 10 Cocktailtomaten an der Rispe
 ½ Baguette
 100 g Rucola
 3 EL weißer Balsamico
 4 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Tomaten waschen, trocknen und halbieren. Das Kerngehäuse mit einem Löffel herausnehmen und beiseite stellen. Die übrige Tomate sowie das Baguette grob würfeln. Aus den Kernen der Tomate, Balsamico und Olivenöl eine cremige Vinaigrette anrühren und diese kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Rucola waschen, trockenschleudern und mit den Tomaten- und Brotwürfeln vermengen. Das Dressing unterheben und ziehen lassen.

Für den Schaum:

2 Stangen Zitronengras
 150 g Sahne
 1 Schalotte
 50 ml Geflügelfond
 20 ml weißer Balsamico
 Salz, aus der Mühle

Das Zitronengras mit einem Plattiereisen anschlagen. Die Schalotte abziehen und kleinschneiden. Zitronengras und Schalotte mit Fischfond in einem kleinen Topf erhitzen und die Hälfte der Sahne unterrühren. Den Sud mit Balsamico und Salz abschmecken und vom Herd nehmen.

Die übrige Sahne steif schlagen und unter den abgekühlten Fond heben. Mit einem Stabmixer schaumig aufschlagen.

Den gepfefferten Thunfisch mit Tomaten-Brot-Salat, Rucola und Zitronengras-Schaum auf Tellern anrichten und servieren.



Matthias Steiner

Meerrettichpüree auf Rote-Bete-Carpaccio mit gebratener Riesengarnele

Zutaten für zwei Personen

Für das Püree:

1 Stange Meerrettich à 4 cm
300 g mehligkochende Kartoffeln
25 g Butter
75 g Sahne
50 ml Milch
1 Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen, dritteln und in einem Topf mit kochendem Salzwasser weichgaren. Die Kartoffeln abgießen und zweimal durch eine Presse in einen Topf drücken und die gewürfelte Butter untermischen. Milch mit 25 g Sahne in einem Topf aufkochen, mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen und unter das Püree rühren. 50 g Sahne halbsteif schlagen, mit dem fein geriebenen Meerrettich und Zitronensaft würzen und unter das Püree rühren.

Für das Carpaccio:

2 vorgegarte Rote Bete
1 Schalotte
¼ Zitrone, davon den Saft
1 ½ EL Himbeeressig
1 EL Walnussöl
75 g zarte Salatblätter
1 EL Kürbiskerne
1 EL Sonnenblumenöl

Die Rote Bete auf einem V-Hobel in dünne Scheiben hobeln. Schalotten abziehen und fein würfeln. Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen, Schalotten darin ohne Farbe 2 Minuten andünsten, mit Himbeeressig ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Sud vom Herd nehmen, das Walnussöl unterschlagen und noch heiß mit den Rote Bete Scheiben mischen. 10 Minuten ziehen lassen.

Die Rote Bete Scheiben auf Tellern auslegen, das Püree darauf verteilen. Salatblätter in dem restlichen Dressing marinieren und auf dem Püree verteilen. Mit gehackten Kürbiskernen bestreuen.

Für die Garnele:

4 küchenfertige Garnelen
2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin
3 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Garnelen in einer Pfanne mit Olivenöl und den Kräutern kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Meerrettichpüree auf Rote Bete-Carpaccio mit gebratener Riesengarnele auf Tellern anrichten und servieren.



Maximilian Arland

Carpaccio mit Rucola, Parmesan und Tomaten-Crostini

Zutaten für zwei Personen

Für das Carpaccio:

1 Rinderfilet à 250 g
 4 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Rinderfilet etwa 15 Minuten im Eisfach sehr kalt abkühlen. Mit einer Aufschnittmaschine vom Filet hauchdünne Scheiben schneiden. Die Scheiben fächerförmig auf einen Teller mit Olivenöl geben. Mit Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Rucola-Salat:

100 g Rucola
 75 g Parmesan
 1 Zitrone
 50 g Champignons
 30 ml alter Balsamico
 1 EL Butter
 4 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Rucola abbrausen, trockenschleudern und verlesen. Den Parmesan auf einem Hobel in dünne Plättchen hobeln. Von der Zitrone wenig Schale reiben, halbieren und auspressen. Aus Zitronensaft und -abrieb, Balsamico, Olivenöl, Salz und Pfeffer einer cremige Vinaigrette anrühren. Die Champignons mit einer Pilzbürste reinigen und halbieren. Die Pilze auf der Schnittfläche in einer Pfanne mit aufgeschäumter Butter kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Rucola auf dem Carpaccio drapieren, mit der Vinaigrette beträufeln und mit einigen Pilzen und Parmesan bestreuen.

Für die Crostini:

8 Scheiben Baguette
 2 Knoblauchzehen
 10 Cherrytomaten
 50 g Rucola
 50 g Parmesan am Stück
 1 TL alter Balsamico
 1 Spritzer Zitronensaft
 1 Zweig Rosmarin
 5 Zweige Thymian
 1 Zweig glatte Petersilie
 6 EL Olivenöl
 Fleur de Sel, zum Abschmecken
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

In einer großen Pfanne 3 EL Olivenöl erhitzen, die Baguettescheiben mit Knoblauch und 4 Thymianzweigen darin auf beiden Seiten goldbraun rösten. Die Brote aus der Pfanne nehmen und auf Küchentuch abtropfen lassen.

Das übrige Olivenöl mit dem Essig und dem Zitronensaft zu einer Marinade verrühren. Rosmarin, Thymian und Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und mit kleingeschnittenen Tomaten untermischen und die Marinade mit Fleur de Sel und Pfeffer würzen. Den Rucola waschen, trockenschleudern und verlesen. Die Rucolablätter mit der Marinade beträufeln und auf den Baguettescheiben verteilen.

Den Parmesan mit dem Sparschäler in groben Spänen über die Crostini hobeln.

Das Carpaccio mit Rucola, Parmesan und Tomaten-Crostini auf Tellern anrichten, mit einer Zitronenspalte garnieren und servieren.



Susann Atwell

Salat mit Büffelmozzarella, Mango und Röstbrot

Zutaten für zwei Personen

Für den Salat:

2 reife Mangos
2 Kugeln Büffelmozzarella
200 g Parmaschinken in Scheiben
¼ Bund Basilikum

Für das Dressing:

1 Zitrone, davon 3 TL Saft
1 TL Honig
6 EL Olivenöl
Meersalz, zum Abschmecken
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Röstbrot:

200 g Landbrot
2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian
1 EL Butter
4 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Die Mango halbieren, vom Stein schneiden, das Fruchtfleisch aus der Schale lösen und in fingerdicke Streifen schneiden.

Einen der Büffelmozzarella in grobe Würfel schneiden. Den Mozzarella mit Mangostreifen mit dem Parmaschinken umwickeln und mit ganzen Mozzarella auf einer Platte anrichten.

Aus Zitronensaft und -abrieb, Honig, Olivenöl sowie Salz und Pfeffer ein cremiges Dressing anrühren.

Das Brot mit einer Brotschneidemaschine etwa 1 mm dick aufschneiden.

Brot in einer Pfanne mit Olivenöl und aufschäumender Butter, Thymian und Rosmarin von beiden Seiten je 2 Minuten kross anrösten.

Den Salat auf Tellern anrichten, mit Basilikumblättern bestreuen und mit dem Dressing beträufeln und servieren.