



| Die Küchenschlacht – Leibgerichte vom 13. Mai 2008 |

Wiener Schnitzel mit Spargel von Margret Härtel

Zutaten für zwei Personen

4	Kalbsschnitzel, à 90 g, aus der Oberschale
300 g	Kartoffeln, festkochend
200 g	Spargel, weiß
200 g	Spargel, grün
2	Eier
2	Zitronen, unbehandelt
2 Bund	Petersilie, glatt
60 g	Mehl, doppelgriffig
200 g	Paniermehl
2 TL	Puderzucker
200 ml	Sahne
60 ml	Gemüsefond
150 g	Butterschmalz
2 EL	Butter
6 EL	Olivenöl
	Salz
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Sahne steif schlagen. Die Eier aufschlagen und unter die Sahne heben.

Die Schnitzel waschen, trocken tupfen, plattieren und mit Salz und Pfeffer würzen. In Mehl wenden, das überschüssige Mehl abklopfen und anschließend in der Ei-Sahne-Mischung wenden. Zuletzt die Schnitzel im Paniermehl wenden.

Eine Zitrone halbieren und auspressen. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Schnitzel von beiden Seite darin goldgelb backen. Das Fett sollte die Schnitzel bedecken, so dass sich die Panade wölbt. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen, salzen und mit etwas Zitronensaft beträufeln.

Die Kartoffeln mit der Schale in gesalzenem Wasser 15 Minuten gar kochen. Danach abkühlen lassen und pellen. Die Kartoffeln nun in einer Pfanne mit drei Esslöffeln Öl goldgelb braten und mit etwas Salz würzen.

Den weißen Spargel schälen und die holzigen Enden abschneiden. Das untere Drittel des grünen Spargels schälen und die holzigen Enden ebenfalls abschneiden. Die Spargelstangen in schräge Stücke schneiden.

Den Puderzucker in einer Pfanne hell karamellisieren. Den Spargel kurz darin andünsten und den Fond angießen. Bei mittlerer Hitze bissfest garen und zum Schluss die Butter unterrühren.

Den Spargel in eine Schüssel geben, mit dem restlichen Olivenöl und Zitronensaft mischen, salzen und pfeffern. Etwas Petersilie hacken und darüber streuen.

Die Schnitzel mit dem Spargel und den Kartoffeln servieren. Die restliche Zitrone halbieren und damit garnieren.



Saurer Tafelspitz mit Apfel-Sellerie-Kartoffelstampf von André Bach

Zutaten für zwei Personen

500 g	Kalbsfilet
150 g	Kartoffeln, mehligkochend
600 ml	Sahne
100 ml	Essig
200 ml	Weißwein
1 L	Geflügelfond
1 EL	Senf, mittelscharf
1 Knolle	Sellerie
2	Äpfel, unbehandelt
4 EL	Tafelmeerrettich, scharf
1	Zwiebel
1	Karotte
1 Zehe	Knoblauch
1 EL	Ahornsirup
1	Muskatnuss
	Butter, zum Anbraten
	Olivenöl, zum Anbrate
	Zucker
	Salz
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Fleisch von sichtbaren Sehnen und Fett befreien, in dünne Streifen schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Aus dem Senf, einem Esslöffel Meerrettich und 50 Millilitern Sahne eine Marinade anrühren und den Tafelspitz damit rundherum einstreichen.

Die Kartoffeln und den Sellerie schälen und in Salzwasser gar kochen. 25 Gramm rohen Sellerie für die Sauce zurückbehalten.

Die Knoblauchzehe abziehen und mit einem Messer andrücken. Öl in einer Pfanne erhitzen und den Knoblauch kurz andünsten. Das Fleisch hinzugeben und bei mittlerer Hitze rundherum anbraten. Anschließend den Tafelspitz auf einem Teller in den Backofen geben und wenige Minuten nachziehen lassen.

Die Zwiebel abziehen und fein schneiden. Die Karotte in Scheiben schneiden. Butter in einer hohen Pfanne erhitzen und die Zwiebel zusammen mit den Karottenscheiben und dem restlichen Sellerie anschwitzen. Den Ahornsirup und etwas Zucker dazugeben, kurz mitbraten und mit Wein und Essig ablöschen. Anschließend mit Geflügelfond aufgießen und das Fleisch hinzugeben. Bei geschlossenem Deckel zehn Minuten ziehen lassen.

Die Kartoffeln und den Sellerie abgießen. Die Äpfel und etwas Muskat reiben. 500 Milliliter Sahne und die Hälfte der geriebenen Äpfel zu den Kartoffeln und dem Sellerie geben und mit einem Kartoffelstampfer pürieren. Mit Salz und Muskat abschmecken.

Das Fleisch aus dem Schmorsud nehmen und auf einem Teller im Backofen bei 100 Grad ruhen lassen. Den Schmorsud pürieren und nochmals aufkochen lassen. Den restlichen Meerrettich in den kochenden Sud geben, durchrühren und das Ganze mit der restlichen Sahne abrunden. Mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken.

Das Fleisch mit dem Püree und der Sauce anrichten und mit dem restlichen geriebenen Apfel garnieren.



Feiner Hering mit Roggentoast von Ulrike Kneist

Zutaten für zwei Personen

250 g	Heringsfilets, küchenfertig, in Öl eingelegt
1 Bund	Frühlingszwiebeln
1	Zwiebel, rot
1	Apfel, unbehandelt
1	Salatgurke
10	Cornichons, klein
0,5 Bund	Petersilie, glatt
20 g	Rucola
1	Roggenbrot
	Salz
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Heringsfilets abtropfen lassen und der Länge nach in feine Streifen schneiden. Etwas von dem Öl aufbewahren.

Den Apfel schälen, in Spalten schneiden, das Kerngehäuse entfernen und in hauchdünne Scheiben schneiden. Die Hälfte der Salatgurke schälen, der Länge nach halbieren, mit einem Teelöffel die Kerne entfernen und in hauchdünne Scheiben schneiden.

Die Zwiebel abziehen und halbieren. Die Cornichons und die Hälfte der Zwiebel in Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebeln in dünne Ringe schneiden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Blättchen von der Petersilie zupfen und fein hacken.

Alle Zutaten mit dem Fisch vermengen und drei Esslöffel der original Ölmarinade des Fisches dazugeben.

Sechs Scheiben Brot abschneiden und aus jeder Scheibe mit Hilfe einer Ausstechform ein rundes Stück ausstechen. Diese im Ofen knusprig backen.

Den Heringssalat auf einigen Rucolablättern anrichten und mit den gerösteten Brotscheiben servieren.



Rinderfilet mit Apfel-Meerrettich-Sauce von Gerhard Zangenfeind

Zutaten für zwei Personen

300 g	Rinderfilet
2	Kartoffeln, mehligkochend
10	Babymöhren, mit Grün
500 g	Blattspinat
1 Stange	Lauch
2	Karotten
1 Stange	Sellerie
2	Zwiebeln
1	Meerrettich
1 Bund	Petersilie
1	Lorbeerblatt
2	Nelken
3	Pfefferkörner
1	Apfel, unbehandelt
100 g	Butter
1 EL	Mehl
50 ml	Milch
500 ml	Rinderfond
1	Muskatnuss
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen, in Scheiben schneiden und im Rinderfond garen.

Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und mit einer Schnur einschnüren.

Den Lauch, die Karotten und den Sellerie in Stifte schneiden. Eine Zwiebel abziehen und fein würfeln. Das Gemüse mit dem Lorbeerblatt und den Nelken in einen Topf mit eineinhalb Litern Wasser geben. Die Petersilie hacken und ebenfalls zufügen. Mit Salz, Pfeffer und den Pfefferkörnern würzen und fünf Minuten köcheln lassen.

Das Rinderfilet hinzufügen und das Ende der Schnur am Griff des Topfes befestigen. 15 Minuten garen lassen.

50 Gramm Butter in einen Topf geben, das Mehl hinzufügen und anschwitzen. Mit der Milch ablöschen und mit 125 Millilitern des Fleischsuds auffüllen. 15 Minuten köcheln lassen.

Den Apfel schälen. Den Meerrettich und den Apfel reiben und hinzufügen.

Das Grün der Babymöhren entfernen. Die Möhren und das Grün im Fleischsud 15 Minuten bei mittlerer Hitze dünsten.

Die groben Blattstiele des Blattspinats entfernen. Die restliche Zwiebel abziehen, fein würfeln und in der restlichen Butter dünsten. Den Spinat zugeben und bei geschlossenem Deckel fünf Minuten dämpfen. Etwas Muskat reiben und das Ganze mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Das Rinderfilet mit der Apfel-Meerrettich-Sauce auf Tellern anrichten und servieren.



Überbackener Radicchio-Palatschinken von Magdalena Felder

Zutaten für zwei Personen

500 g	Radicchio, Tardivo
90 g	Mehl
170 ml	Milch
2	Eier
4 EL	Butter
1	Zwiebel
100 g	Gorgonzola, mild
30 g	Parmesan
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 250 Grad Grillstufe vorheizen.

Das Mehl und die Milch mit etwas Salz vermischen und glatt rühren und 15 Minuten quellen lassen.

In der Zwischenzeit den Radicchio vom Strunk befreien und in dünne Streifen schneiden. Ein paar Streifen für die Garnitur beiseite legen. Die Zwiebel abziehen und ein Viertel davon fein hacken.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin andünsten, dann den Radicchio hinzugeben und so lange dünsten, bis beides eine weiche Konsistenz erreicht.

Den Salat und die Zwiebeln mit dem Gorgonzola vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne zerlassen. Ein Ei trennen. Das restliche Ei mit dem Eigelb und der Butter verquirlen, zum Mehl-Milch-Gemisch geben und verrühren. Den Parmesan reiben.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Hälfte des Teiges pro Seite bei mittlerer Hitze drei Minuten goldgelb backen. Diesen Vorgang für den zweiten Palatschinken wiederholen.

Die restliche Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Palatschinken mit der Radicchiofüllung bestreichen und einrollen. Anschließend in die Auflaufform geben und mit 30 Gramm Parmesan und der zerlassenen Butter bedecken. Nun für drei Minuten im Ofen überbacken.

Jeweils einen Palatschinken in Scheiben schneiden und auf den Tellern anrichten. Mit den restlichen Radicchiostreifen garnieren und servieren.



Schweinegeschnetzeltes mit Whiskey von Markus Bauer

Zutaten für zwei Personen

1	Schweinefilet, à 250 g
100 ml	Whiskey
250 g	Reis
250 ml	Milch
125 ml	Sahne
60 g	Mehl
1 Zehe	Knoblauch
1 Bund	Petersilie
1	Zwiebel
1	Frühlingszwiebel, mit Grün
30 g	Champignons
1	Ei
50 g	Butter
5 g	Chilipulver
	Salz

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Den Reis 20 Minuten in gesalzenem Wasser gar kochen.

Die Frühlingszwiebel abziehen, die Champignons putzen und beides fein schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und klein hacken.

Das Fleisch waschen, trocken tupfen, schnetzeln, mit Salz würzen und in einer Pfanne mit 25 Gramm Butter anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und im Backofen warm stellen.

Die Zwiebeln und die Champignons in der Fleischpfanne mit der restlichen Butter anschwitzen. Anschließend die Knoblauchzehe und den Whiskey hinzugeben und das Ganze mit Chilipulver abschmecken.

Die Frühlingszwiebel mit der Sahne in der Pfanne untermischen.

Die Petersilie hacken. Das Fleisch aus dem Backofen nehmen, in die Sauce geben und die Petersilie hinzufügen.

Den Reis in einem Sieb abtropfen lassen. Das Ei aufschlagen und mit dem Mehl, der Milch und einer Prise Salz vermengen. Fünf Esslöffel des entstandenen Teiges unter den Reis mischen.

Das Fleisch mit dem Reis und der Sauce anrichten und servieren.