



| Die Küchenschlacht – Leibgerichte vom 19. Mai 2008 |

Rumpsteak mit Spargel und Ofenkartoffeln von Norbert Krieg

Zutaten für zwei Personen

2	Rumpsteaks, à 200 g, küchenfertig
600 g	Spargel, weiß
4	Kartoffeln, festkochend
25 g	Butter
1 EL	Gemüsebrühepulver
1	Ei
1	Zitrone, unbehandelt
2 EL	Mehl
1	Muskatnuss
0,5 Bund	Rosmarin
1 Körbchen	Kresse
	Zucker
	Öl, zum Anbraten
	Pfeffer, aus der Mühle
	Salz

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Das Backpapier auf ein Blech legen. Die Kartoffeln samt Schale vierteln, auf das Backpapier legen und für 30 Minuten im Ofen garen. Den Rosmarin zupfen und die Nadeln nach 20 Minuten über die Kartoffeln streuen.

Den Spargel schälen und in drei Zentimeter große Stücke schneiden. 250 Milliliter Wasser in einem Topf erhitzen. Fünf Gramm Butter, Zucker und den Spargel hinzugeben und das Ganze zwölf Minuten kochen lassen. Den Spargel abgießen, den Sud auffangen, zur Seite stellen und den Spargel abgedeckt warm halten.

In einem Topf die restliche Butter zergehen lassen, das Mehl hinzugeben und leicht anbräunen lassen. Die Spargelbrühe mit dem Gemüsebrühepulver aufgießen und das Ganze drei Minuten köcheln lassen. Das Ei trennen und etwas Muskat reiben. Die Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Eigelb, einen Esslöffel Zitronensaft, etwas Pfeffer und Muskatnuss dazu geben. Anschließend den Spargel in die Sauce geben.

Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Öl in einer Pfanne erhitzen, die Rumpsteaks von jeder Seite scharf anbraten und anschließend mit Pfeffer und Salz würzen.

Je ein Rumpsteak auf Tellern anrichten. Die Ofenkartoffeln und den Spargel mit der Sauce daneben legen. Etwas Kresse abzupfen und das Ganze damit garnieren.



Dekonstruierte Currywurst mit Schmandgurken von Eva Engel

Zutaten für zwei Personen

2	Bratwürste
4	Kartoffeln, festkochend
1	Salatgurke
200 ml	Sahne
200 ml	Gemüsefond
100 ml	Cola
2 Blätter	Gelatine
250 g	Süßrahmbutter
100 g	Ketchup
20 g	Currypulver
1 Bund	Dill
	Öl, zum Frittieren
	Butter, zum Anbraten
	Zucker
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Das Öl in der Friteuse auf 180 Grad erhitzen.

Die Bratwürste in einer Pfanne mit Butter langsam braten. Die Sahne mit dem Currypulver aufschlagen und kühl stellen. Den Dill abzupfen und fein hacken.

Die Gelatineblätter im Wasser einweichen lassen. Den Gemüsefond mit Ketchup und Cola in einem Topf aufkochen und leicht reduzieren lassen. Die Gelatine in die heiße Flüssigkeit einrühren, das Ganze anschließend in eine Schüssel füllen und kalt stellen.

Die Kartoffeln schälen, in dünne Scheiben hobeln und in der Friteuse frittieren.

Die Gurke schälen und mit der Süßrahmbutter, Salz, Pfeffer und Zucker vermengen und ebenfalls kalt stellen.

Die Currywürste in Scheiben schneiden und zusammen mit den Chips, der Currypaste und den Schmandgurken auf Tellern anrichten und servieren.



Kalbsleberschnitte mit Jakobsmuscheln und Thymianpüree von Wilhelm Wurmseer

Zutaten für zwei Personen

2	Kalbsleberscheiben, à 170 g, küchenfertig
2	Jakobsmuscheln, küchenfertig
400 g	Kartoffeln, mehligkochend
500 ml	Sahne
250 ml	Milch
4 EL	Butter
25 g	Kuvertüre
2 Schoten	Chili
40 ml	Balsamico-Creme
3 Zweige	Thymian
1	Limette, unbehandelt
50 g	Puderzucker
	Chilipulver
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser gar kochen. Anschließend die Kartoffeln stampfen, mit 250 Milliliter Sahne, der Milch und zwei Esslöffeln Butter vermengen und zu einem feinen Püree anrühren.

Die Kuvertüre in einem Wasserbad schmelzen und mit 150 Millilitern Sahne, 10 Millilitern Balsamico-Creme, Chilipulver und dem Puderzucker zu einer Creme verrühren.

Einen Esslöffel Butter in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen. Die Kalbsleberscheiben waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Nun von beiden Seiten jeweils zwei Minuten anbraten. Anschließend die Leber im Backofen warm stellen.

Den Fleischsud mit der restlichen Sahne und 20 Millilitern Balsamico-Creme verrühren und einköcheln lassen.

Die Jakobsmuscheln waschen, trocken tupfen und mit etwas Salz, Pfeffer und Chilipulver würzen. Die Muscheln in der restlichen Butter bei mittlerer Hitze anbraten.

Einen Thymianzweig abzupfen, die Blätter in einem Mörser fein zerstoßen und in das Püree geben. Nun das Püree auf den Tellern anrichten. Danach die Leberscheiben mit der Schokocreme bestreichen und zusammen mit den Jakobsmuscheln daneben legen.

Ein paar Zesten von der Limette reißen und anschließend die Limette halbieren und auspressen. Die Limettenzesten auf die Jakobsmuscheln streuen und mit einigen Tropfen Limettensaft abrunden. Nun etwas Sud darüber geben. Mit jeweils einem Thymianzweig, einer Chilischote und der restlichen Balsamico-Creme dekorieren.



Fisch mit Garnelen-Kokos-Sauce von Ama Hellhammer

Zutaten für zwei Personen

250 g	Dorschfilet, küchenfertig
120 g	Garnelen, küchenfertig
2 Zehen	Knoblauch
1	Zwiebel
1	Zitrone, unbehandelt
150 ml	Kokosmilch
60 g	Spinat
1 Schote	Chili, rot
30 g	Butter
100 g	Mehl
1 Msp.	Zimt
1 Msp.	Paprikapulver, edelsüß
20 g	Thymian, getrocknet
1 EL	Garam Masala
	Pflanzenöl, zum Anbraten
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Die Chilischote der Länge nach halbieren, entkernen und in schmale Streifen schneiden.

Das Filet waschen, trocken tupfen und mit dem Zitronensaft beträufeln.

Den Knoblauch abziehen und die Hälfte einer Zehe durch die Presse drücken. Den Zimt, den Thymian, Salz, Pfeffer und das Paprikapulver mit dem gepressten Knoblauch vermengen und den Fisch damit marinieren. Das Filet mit Folie abdecken und zur Seite stellen.

Die Zwiebel abziehen und mit der restlichen Knoblauchzehe klein schneiden. Die Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebel-Knoblauchmasse darin anschwitzen.

Die Kokosmilch mit dem Spinat in einem separaten Topf zum Kochen bringen und einige Minuten köcheln lassen. Die Kokosmilch dabei etwas reduzieren und im Anschluss abkühlen lassen.

Die Garnelen waschen und trocken tupfen. Die Spinatmischung eine Minute pürieren und die Zwiebel-Knoblauchmasse, die Garnelen und die Chilistreifen dazugeben. Nun etwas köcheln lassen.

Das Mehl mit dem Garam Masala vermengen. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und den Fisch in fünf Zentimeter lange Stücke schneiden. Den Fisch in der Mehlmischung wenden und goldbraun braten.

Die Sauce über den Fisch geben und auf Tellern dekorativ anrichten.



Altwiener Backfleisch mit Kren und Rahm-Gurkensalat von Gerhard Stadler

Zutaten für zwei Personen

2	Roastbeefs, à 150 g, küchenfertig
30 g	Parmesan, am Stück
1	Meerrettichwurzel
3 EL	Estragonsenf
150 g	Mehl
2	Eier
1	Salatgurke
100 ml	Sauerrahm
1	Zitrone, unbehandelt
600 ml	Pflanzenöl
1 Bund	Dill
1 Prise	Cayennepfeffer
	Zucker
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Die Gurke schälen, der Länge nach aufschneiden und die Kerne mit einem Löffel entfernen. Anschließend fein schneiden und in eine Schüssel geben. Etwas salzen, ziehen lassen und danach die Flüssigkeit von den Gurken abgießen.

Die Zitrone halbieren und anschließend eine Hälfte auspressen. Aus dem Sauerrahm, dem Zitronensaft, einer Prise Salz, einer Prise Zucker und dem Cayennepfeffer ein Dressing anrühren. Den Dill abzupfen und fein hacken.

Das Roastbeef waschen, trocken tupfen und am Rand leicht einschneiden, so dass es sich beim Braten nicht einrollt. Das Fleisch mit einem Stück Küchenfolie bedecken und mit einem Fleischklopper etwas plattieren.

Die Meerrettichwurzel schälen und fein raspeln. Das Fleisch nun salzen und pfeffern und auf beiden Seiten mit dem Estragonsenf bestreichen. Je nach gewünschter Schärfe einen halben bis einen ganzen Esslöffel Meerrettich auf jedes Fleischstück geben und fest andrücken.

Den Parmesan reiben und mit den Eiern in einer flachen Panierschüssel verquirlen. In eine weitere Schüssel das Mehl geben. In einer Pfanne das Öl erhitzen. Das Fleisch im Mehl wälzen und auf beiden Seiten andrücken. Anschließend in der Eirmischung panieren, in das heiße Öl legen und goldgelb ausbacken. Das Backfleisch aus der Pfanne nehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Den Gurkensalat auf Tellern anrichten und das Dressing darüber geben. Das Fleisch auf separaten Tellern anrichten und mit Meerrettich garnieren.



Wolfsbarschfilet mit Keniabohnen im Speckmantel von Dorothe Kröger

Zutaten für zwei Personen

300 g	Wolfsbarschfilet, mit Haut
500 g	Kartoffeln, festkochend
300 g	Keniabohnen
4 Scheiben	Speck
50 g	Pinienkerne
1	Zitrone, unbehandelt
3	Tomaten
1	Tomate, getrocknet, in Öl
1	Zwiebel
2 Zehen	Knoblauch
1 Bund	Petersilie, glatt
3 Zweige	Thymian
1 EL	Kapern, aus dem Glas
50 g	Parmesan
250 ml	Gemüsebrühe
180 ml	Geflügelfond
1	Muskatnuss
1 EL	Balsamicoessig, dunkel
3 EL	Olivenöl
	Speiseöl, zum Anbraten
	Butter
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Pesto die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten und dann abkühlen lassen. Die Petersilie abzupfen und fein hacken. Eine Knoblauchzehe abziehen und fein schneiden. Die Zitrone halbieren und die Hälfte auspressen. Petersilie, Knoblauch, Zitronensaft, das Olivenöl, Pfeffer, etwas Salz und die Pinienkerne pürieren. Mit dem Balsamicoessig abschmecken.

Die Kartoffeln schälen und in Zentimetergroße Würfel schneiden. Wasser in einem Topf erhitzen. Den Stielansatz der Tomaten über Kreuz einschneiden, kurz blanchieren und anschließend schälen, halbieren, entkernen und würfeln. Die Zwiebel und die restliche Knoblauchzehe abziehen und in Würfel schneiden. Die getrocknete Tomate ebenfalls klein schneiden und zusammen mit der Zwiebel und der Knoblauchzehe in heißem Speiseöl anbraten. Die Kartoffelwürfel hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Nun die Thymianzweige und Kapern hinzufügen. Den Geflügelfond nach und nach hinzugießen und das Ganze zehn Minuten köcheln lassen. Den Thymian herausnehmen. 20 Gramm vom Parmesan reiben. Einen Esslöffel des Pestos und den Parmesan hinzugeben. Die Tomatenwürfel unterheben.

Die Gemüsebrühe erhitzen und die Keniabohnen darin 15 Minuten bissfest garen. Etwas Muskat reiben. Die Bohnen aus der Brühe nehmen, abtropfen lassen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Die Keniabohnen in den Speck einwickeln, Speiseöl in der Pfanne erhitzen und von beiden Seiten anbraten. Anschließend im Ofen warm stellen.

Den Fisch waschen, trocken tupfen und vierteln. Die Haut einritzen. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und das Wolfsbarschfilet auf der Hautseite zwei Minuten kross anbraten. Dann wenden und weitere zwei Minuten braten. Anschließend salzen und pfeffern.

Das Fischfilet mit dem Kartoffelrisotto und den Bohnen auf Tellern anrichten und mit dem Pesto garnieren.