



|Die Küchenschlacht – Überraschungsmenü vom 13. Juni 2008|

Rote Fischsuppe mit Schellfisch und Lauch

Zutaten für zwei Personen

300 g	Schellfischfilet, ohne Haut
200 g	Porree
200 g	Tomaten
1 Zehe	Knoblauch
1	Zitrone, unbehandelt
1 EL	Tomatenmark
400 ml	Fischfond
2 Msp.	Piment, gemahlen
1 Msp.	Cayennepfeffer
1 EL	Olivenöl
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Knoblauch abziehen und in feine Scheiben schneiden. Den Porree ebenfalls abziehen und in feine Ringe schneiden. Einen Esslöffel Öl in einem Topf erhitzen und die Porreeringe und die Knoblauchscheiben darin andünsten. Das Tomatenmark hinzugeben, kurz aufkochen lassen, mit dem Fischfond ablöschen und mit Piment und Cayennepfeffer abschmecken. Die Tomaten vom Strunk befreien, würfeln und mit in den Topf geben. Das Ganze 15 Minuten köcheln lassen.

Die Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Die zweite Hälfte in feine Scheiben schneiden und beiseite legen.

Das Fischfilet waschen, trocken tupfen und in große Würfel schneiden. Mit dem Zitronensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zitronenscheiben und den Fisch vorsichtig in die Suppe geben und zugedeckt fünf Minuten ziehen lassen.

Die Suppe in tiefen Tellern anrichten und servieren.

© by fernsehmacher/Idee: Lichter



Scharfes Rinderfilet auf Salatherzen mit Senfdressing

Zutaten für zwei Personen

400 g	Rinderfilet
2	Radicchio di Trevi
8	Salatherzen, klein
1 Schote	Chili, grün
1 Schote	Chili, rot
1 EL	Tomatenmark
20 g	Rote-Bete-Sprossen
80 g	Kräuterbutter
1 EL	Senf, süß
1 EL	Sahnemeerrettich
0,5 Bund	Dill
0,5 Bund	Schnittlauch
0,5 Bund	Petersilie
0,5 Bund	Frühlingszwiebeln
1 Zweig	Thymian
120 ml	Sahne
50 ml	Balsamicoessig
100 ml	Olivenöl
2 EL	Pflanzenöl
	Zucker
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer

Zubereitung

Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen, in Scheiben schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin von beiden Seiten scharf anbraten.

Die Chilischoten längs halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden. Die Frühlingszwiebeln abziehen und in Ringe schneiden. Den Thymian zupfen. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und die Chilistreifen und die Zwiebelringe im Bratensud anschwitzen. Die Kräuterbutter hinzufügen und schmelzen lassen. Anschließend das Tomatenmark unterrühren. Die Sahne dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Thymian abschmecken.

Den Dill, den Schnittlauch und die Petersilie zupfen und fein hacken. Das Olivenöl, den Balsamico, den Senf und den Sahnemeerrettich mit einem Schneebesen vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Den Radicchio vom Strunk befreien und die Blätter zupfen. Die Salatherzen mittig auf Tellern anrichten. Die Radicchioblätter rundum legen und mit dem Dressing beträufeln. Die Rinderfiletscheiben daneben anrichten und mit der scharfen Sauce rund herum beträufeln. Mit den Sprossen garnieren und servieren.