



| Die Küchenschlacht – Hauptgang & Dessert vom 18. April 2013 |

Hauptgang: „Hühnerbrüste in einer cremigen Orangesauce mit Zuckerschoten und Kartoffelbrei“ von Katja Marsell

Zutaten für zwei Personen

2	Hühnerbrust, á 150 g
4	mehlig kochende, mittelgroße Kartoffeln
200 g	Zuckerschoten
1	Schalotte
1 TL	Majoran
1 Bund	glatte Petersilie
5 EL	Butter
1 EL	Mehl
1 TL	Orangenmarmelade mit Rinde
1 TL	Honig
150 ml	Orangensaft
100 ml	saure Sahne
125 g	süße Sahne
1 Prise	Muskatnuss
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen bei 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln gar kochen.

Die Hühnerbrüste waschen, trocken tupfen und in einem Esslöffel Butter von allen Seiten braun anbraten. Das Fleisch in den Backofen schieben und für 20 Minuten bei 180 Grad weiterschmoren.

Die Zwiebel anziehen, klein hacken und in einem Esslöffel Butter anbraten, bis sie weich sind. Einen Esslöffel Mehl hinzufügen und für eine Minute kochen lassen. Mit dem Orangensaft löschen und einkochen lassen. Die Orangenmarmelade und die saure Sahne einrühren. Mit Majoran, Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen.

Die Zuckerschoten waschen und drei Minuten in kochendem Wasser blanchieren. In einer Pfanne zwei Esslöffel Butter schmelzen und die Zuckerschoten hinzugeben. Für weitere fünf Minuten leicht anrösten. Kurz vor Ende der Zeit einen Teelöffel Honig hinzufügen und leicht karamellisieren.

Mit dem Kartoffelstampfer die Kartoffeln kochen und mit der Sahne, einem Esslöffel Butter, Pfeffer und Muskatnuss anmischen.

Das Fleisch in Scheiben schneiden und auf dem Servierteller mit den Zuckerschoten und dem Kartoffelbrei anrichten. Zum Schluss die Orange in Scheiben schneiden und mit der Petersilie zum Garnieren verwenden.



Dessert: „Cranachan“ von Katja Marsell

Zutaten für zwei Personen

250 g	Himbeeren, tiefgekühlt
3 EL	Haferflocken
2 Blätter	Minze
250 ml	Sahne
3 EL	Honig
20 ml	schottischer Single Malt Whiskey

Zubereitung

Die Haferflocken in einer Pfanne bei niedriger Hitze unter Rühren leicht anrösten und anschließend auskühlen lassen.

Den Honig und den Single Malt Whisky miteinander verrühren. Die Sahne in einer Schüssel steif schlagen und in die Honig-Whisky-Mischung sowie zwei Esslöffel angeröstete Haferflocken unterheben.

Die Himbeeren und die Sahnemasse abwechselnd in Dessertgläser schichten, wobei die letzte Schicht Sahne sein sollte. Zwei Himbeeren für die Garnierung aufheben. Die Gläser kühl stellen.

Vor dem Servieren die Gläser auf einem Teller anrichten, mit einem Esslöffel angerösteter Haferflocken dekorieren und jeweils zwei Himbeeren und ein Minzeblatt darauf setzen.



Hauptgang: „Kalbsfilet im Kräutermantel mit Rösti und Babyspargel“ von Skander Bahi

Zutaten für zwei Personen

350 g	Kalbsfilet (pariert)
4	vorwiegend fest kochende Kartoffeln, groß
100 g	Babyspargel
1	Zwiebel
1 Bund	Petersilie
1 Bund	Kerbel
1 Bund	Basilikum
1 Bund	Thymian
20 g	weißer Pfeffer
100 ml	weißer Portwein
200 ml	Kalbsfond
150 ml	Sahne
	Olivenöl
	Mehl
	Zucker
	Butter
	Muskatnuss
	Piment
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Petersilie, den Kerbel, das Basilikum und den Thymian waschen, trocken schütteln und fein hacken. Alle Kräuter mit einer Prise Salz vermengen und ziehen lassen. Das Kalbsfilet waschen, trocken tupfen und mit den Kräutern einreiben. Das Fleisch fest in Frischhaltefolie einwickeln und unter Dampf bei 80 Grad 15 Minuten garen.

Die Kartoffeln schälen, waschen, fein reiben und mit Mehl, Muskatnuss und Salz bestäuben. In einer heißen Pfanne die Kartoffeln goldbraun auf beiden Seiten anbraten. Anschließend auf Küchenpapier das Fett abtropfen lassen.

In einer Pfanne den Babyspargel mit Butter und Zucker karamellisieren.

Die Zwiebel abziehen, klein hacken und in einem Topf anschwitzen. Mit Portwein und Kalbsfond ablöschen und einreduzieren. Die Sauce mit weißem Pfeffer und Piment abschmecken. Zum Schluss die Sahne hinzugeben und schaumig aufschlagen.

Das Kalbsfilet in Kräutermantel mit Olivenöl beträufeln und zusammen mit den Kartoffeln und dem Babyspargel auf einem Teller anrichten. Abschließend mit der Sauce garnieren.



Dessert: „Schokoladenauflauf“ von Skander Bahi

Zutaten für zwei Personen

100 g	dunkle Schokolade (70%)
100 g	weiße Schokolade
1	Orange, unbehandelt
100 g	gemahlene Mandeln
5	Eier
100 g	Zucker
100 g	Mehl
1 TL	Backpulver
80 g	Butter
500 g	Sauerrahm
150 ml	Vollmilch
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

In einem Wasserbad die dunkle Schokolade schmelzen lassen.

Das Mehl und das Backpulver in eine Schüssel sieben. Die Orange waschen, die Schale abreiben und zur Mehlmischung hinzufügen. Anschließend die gemahlene Mandeln, das Salz, die Eier und die Milch mit einem Schneebesen einrühren.

Die Butter in der geschmolzenen Schokolade zerlassen und beides in den Teig einarbeiten.

In einer Auflaufform die Schokoladenmasse einfüllen. Die weiße Schokolade in kleine Stücke schneiden und in die dunkle Schokoladenmasse eindrücken. Den Schokoladenauflauf für 20 Minuten im Backofen belassen.

Auf einem Teller den Sauerrahm kreisförmig verteilen. Zum Schluss den Schokoladenauflauf auf dem Sauerrahm anrichten.



Hauptgang: „Wiener Schnitzel mit Bratkartoffeln und Krautsalat“ von Maria-Elisabeth Bockting

Zutaten für zwei Personen

1	Kalbsschnitzel à 200 g
250 g	fest kochende Kartoffeln
500 g	Weißkohl
0,5 Bund	Radieschen
100 g	durchwachsener, geräucherter Speck
0,5 Bund	glatte Petersilie
1	Ei
50 ml	Sahne
250 g	Butterschmalz
1 TL	gemahlener Kümmel
50 ml	Rapsöl
50 ml	Weinessig
	Paniermehl, vom Weißbrot
	Mehl
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung:

Den Weißkohl vom Strunk befreien und in feine Streifen schneiden oder hobeln. Die Kohlstreifen mit dem Salz bestreuen und kräftig durchkneten, später mit dem Pfeffer und dem Kümmel würzen.

Den Speck in kleine Würfel schneiden und in Öl auslassen. Die Pfanne vom Herd nehmen und mit dem Essig ablöschen. Die Speck-Essig-Sauce noch heiß über den Salat geben und gut durchmischen. Zum Schluss noch gehobelte Radieschen als Garnitur dazugeben.

Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden, und zehn Minuten kochen lassen. Anschließend die Kartoffeln in Butterschmalz braten. Die Petersilie waschen und dann fein hacken. Zum Schluss noch die Kartoffeln mit der Petersilie und Salz und Pfeffer würzen.

Das Schnitzel zwischen der Klarsichtfolie plattieren. Das Ei mit der Sahne vermischen. Anschließend das Schnitzel würzen, bemehlen und in dem Ei und dem Paniermehl panieren. Die Schnitzel in einer Pfanne mit reichlich Butterschmalz ausbacken. Immer mal wieder einen Esslöffel zerlaufenen Butterschmalz über das Schnitzel geben.

Das Schnitzel auf einem Teller anrichten und die Bratkartoffeln und den Salat dazugeben und servieren.



Dessert: „Apfel mit Walnusskaramell“ von Maria-Elisabeth Bockting

Zutaten für zwei Personen:

2	Äpfel, Boskop
2 EL	Rosinen
100 g	Walnüsse
80 g	Butter
100 ml	warmes Wasser
200 g	Zucker
3 cl	Calvados

Zubereitung:

Die Äpfel schälen, in Spalten schneiden und entkernen. In einer großen Pfanne die Butter zerlassen, die Apfelspalten unter Wenden bei geringer Hitze dünsten und dabei leicht überzuckern. Mit dem Calvados ablöschen und flambieren.

Die Äpfel auf einem Teller sternförmig anrichten.

Für den Karamell die Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett anrösten, 100 Gramm Zucker darüber streuen und goldbraun karamellisieren. Dann vorsichtig 100 Milliliter warmes Wasser angießen, verrühren und die Rosinen untermischen. Anschließend muss die Flüssigkeit noch etwas einkochen.

Die Karamelnüsse über die Apfelspalten geben und servieren.