



## | Die Küchenschlacht – Hauptgänge & Desserts vom 11. Juli 2013 |

### **Hauptgang: „Lachsfilet im Zucchinimantel mit Ofenkartoffeln und gebackenen Tomaten“ von Mario Hinterholzer**

#### **Zutaten für zwei Personen**

|        |                                  |
|--------|----------------------------------|
| 400 g  | Lachsfilet                       |
| 400 g  | festkochende Kartoffeln          |
| 200 g  | Cocktailtomaten                  |
| 2      | Zucchini                         |
| 1 Bund | Petersilie                       |
|        | Butter, zum Anbraten             |
|        | Olivenöl, zum Anbraten           |
|        | Salz, aus der Mühle              |
|        | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

#### **Zubereitung**

Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden, in einer Schüssel mit Olivenöl mischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Auf einem Backblech verteilen und für 20 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben. Die Cocktailtomaten waschen, trocken tupfen und zehn Minuten vor Ende der Garzeit mit in den Ofen geben.

Die Petersilie waschen, trocken tupfen und mit etwas Olivenöl in einem Zerkleinerer pürieren, anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Zucchini waschen und der Länge nach mit dem Gemüsehobel in Scheiben hobeln. Das Lachsfilet waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zucchini dachziegelartig auf ein Schneidebrett auflegen, mit Petersilien-Öl beträufeln, das Fischfilet darauflegen und einrollen.

Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen und den Fisch anbraten.

Die Kartoffeln aus dem Ofen nehmen und mit den Cocktailtomaten und dem Lachsfilet servieren. Etwas Petersilien-Öl über das Gericht geben und servieren.



**Dessert: „Schoko-Quark-Creme mit gemischten Früchten“ von Mario Hinterholzer**

**Zutaten für zwei Personen**

|            |   |
|------------|---|
| 200 g      | gemischte Beeren, Tiefkühlware                      |
| 100 g      | frische Beeren (Erdbeeren, Himbeeren, Heidelbeeren) |
| 13 g       | Baiser  |
| 250 g      | Magerquark  |
| 65 ml      | Milch   |
| 65 g       | Nussnougatcreme                                     |
| 1 Päckchen | Vanillezucker                                       |
|            | Zitronenmelisse, zum Garnieren                      |

**Zubereitung**

Die frischen Früchte waschen, trocken tupfen und die Erdbeeren vierteln. Den Baiser grob zerbröseln. Die aufgetauten Früchte in eine Schüssel geben und zuckern. In einem Rührbecher Quark, Milch, Vanillezucker und Nussnougatcreme mit einem Handrührgerät cremig aufschlagen.

Nun nacheinander den Schokoquark, den Baiser und die aufgetauten Früchte in ein großes Glas schichten. Die Zitronenmelisse waschen und trocken tupfen. Das Dessert mit etwas Zitronenmelisse sowie den frischen Früchten garnieren und servieren.



## **Hauptgang: „Kalbsfrikadelle mit Pfifferlingen in Weißweinsauce und deftige Arme Ritter“ von Sabine Löbig**

### **Zutaten für zwei Personen**

|            |                                  |
|------------|----------------------------------|
| 350 g      | Kalbshackfleisch                 |
| 250 g      | Pfifferlinge                     |
| 30 g       | altbackenes Weißbrot             |
| 2 Scheiben | Kastenweißbrot                   |
| 2          | Eier                             |
| 1          | Schalotte                        |
| 1          | Zwiebel                          |
| 1          | Knoblauchzehe                    |
| ½ Bund     | glatte Petersilie                |
| 4 Stiele   | Thymian                          |
| 1 Zweig    | Rosmarin                         |
| 3 Stiele   | Majoran                          |
| 300 ml     | Sahne                            |
| 50 ml      | Milch                            |
| 25 ml      | Weißwein                         |
| 1 EL       | Crème fraîche                    |
| 25 g       | Butter                           |
| 3 EL       | Rapsöl                           |
| 2 EL       | Olivenöl                         |
|            | Salz, aus der Mühle              |
|            | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Schalotte sowie die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Einen Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und beides darin glasig dünsten. Mit 150 Millilitern der Sahne auffüllen, den Thymian und die Rosmarinzweige hineingeben und alles bei milder Hitze circa eine Minute leicht kochen lassen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen, vom Herd nehmen und ziehen lassen.

Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Die Petersilie sowie den Majoran waschen, trocken tupfen und ebenfalls fein hacken. Die Milch zusammen mit 50 Millilitern lauwarmem Wasser in eine Schüssel geben und das Weißbrot darin einweichen, dabei einmal wenden.

Eine Pfanne mit einem Esslöffel des Rapsöls erhitzen und die Hälfte der Zwiebeln darin glasig andünsten. Die Hälfte der Petersilie und des Majorans in die Pfanne geben und kurz mitdünsten. Das Weißbrot aus der Milch-Mischung nehmen und gut ausdrücken. Das Hackfleisch zusammen mit dem Brot, einem Ei sowie der Zwiebel-Kräuter-Mischung aus der Pfanne in eine Schüssel geben und miteinander verkneten. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Hackfleisch-Mischung vier gleich große Frikadellen formen.

Eine weitere Pfanne mit dem restlichen Rapsöl erhitzen. Die Frikadellen darin von beiden Seiten hellbraun anbraten. Die Pfifferlinge putzen. Sobald die Frikadellen gar sind aus der Pfanne nehmen, die Pilze hineingeben und bei starker Hitze anbraten. Die restlichen Zwiebeln sowie fünf Gramm von der Butter zugeben und mitbraten. Mit dem Weißwein ablöschen, einkochen lassen und mit der restlichen Sahne auffüllen. Die Frikadellen in der Pfanne verteilen und für circa zehn Minuten in den vorgeheizten Backofen geben.

Die abgekühlte Kräutersahne durch ein Sieb gießen. Das übrige Ei zugeben und verquirlen. Die Weißbrotscheiben nacheinander in die Mischung tauchen, so dass sie leicht getränkt werden. Die übrige Butter zusammen mit dem restlichen Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Weißbrotscheiben in das heiße Fett geben und auf jeder Seite zwei bis drei Minuten braten, bis sie goldbraun sind.

Die Frikadellen zusammen mit den Pfifferlingen und den Armen Rittern auf einem Teller anrichten. Mit den restlichen Kräutern und der Crème fraîche garnieren und servieren.



## **Dessert: „Pistazien-Honig-Parfait“ von Sabine Löbig**

### **Zutaten für zwei Personen**

|       |                |
|-------|----------------|
| 50 g  | Pistazienkerne |
| 2     | Eier           |
| 40 g  | Akazienhonig   |
| 75 ml | Sahne          |
| 1 EL  | Orangenlikör   |

### **Zubereitung**

Von den Pistazien 40 Gramm in einem Zerkleinerer hacken. Die Sahne in ein hohes Gefäß geben und mit dem Handrührgerät steif schlagen.

Einen Topf mit etwas Wasser erhitzen. Die Eier trennen. Die Eigelbe zusammen mit dem Honig in eine Schüssel geben und über dem heißen Wasserbad mit dem Handrührgerät cremig aufschlagen. Anschließend im kalten Wasserbad kalt rühren.

Die Pistazien zusammen mit dem Orangenlikör unter die Eimasse rühren. Die Sahne anschließend unterheben. Die Masse in die Eismaschine geben und gefrieren lassen.

Das Parfait auf einem Teller anrichten, mit den übrigen Pistazienkernen garnieren und servieren.



## **Hauptgang: „Lammkoteletts mit buntem Sommersalat, Himbeersauce und Ciabatta“ von Herbert Bernhardt**

### **Zutaten für zwei Personen**

|        |                                    |
|--------|------------------------------------|
| 2      | Lammkoteletts                      |
| 100 g  | Fetakäse                           |
| 50 g   | Himbeeren                          |
| 200 g  | gemischter Salat                   |
| 40 g   | schwarze Oliven, entsteint         |
| 100 g  | Cocktailtomaten                    |
| 1      | Salatgurke                         |
| 1      | rote Zwiebel                       |
| 1 Pck. | Hefe (Trockenhefe)                 |
| 500 g  | Mehl                               |
| 400 ml | lauwarmes Wasser                   |
| 30 ml  | Olivenöl oder einfaches Pflanzenöl |
|        | Mehl zum Bestäuben                 |
| 2 EL   | Johannisbeergelee                  |
| 4 EL   | dunkler Balsamico                  |
| 1 TL   | Zucker                             |
| 2 TL   | Salz                               |
|        | Olivenöl, zum Anbraten             |
|        | Salz, aus der Mühle                |
|        | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle   |

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Wasser, das Mehl, die Hefe, den Zucker, Salz und Öl gut vermengen. Den Teig kurz ruhen lassen, dann auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Ciabatta in Form drücken und mit Mehl bestäuben. Im Backofen 25 Minuten backen.

Den Salat putzen, waschen, trocken schleudern und klein zupfen. Die Tomaten waschen, trocken tupfen und halbieren. Die Gurke schälen und in Würfel schneiden. Die Oliven halbieren. Die Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden. Alle Zutaten zusammen in eine große Schüssel geben und durchmischen. Den Fetakäse würfeln und über den Salat geben.

Die Koteletts waschen, trocken tupfen und von beiden Seiten salzen und pfeffern. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen. Sobald das Öl heiß ist, das Fleisch hineingeben und von beiden Seite darin anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen, in Alufolie wickeln und ruhen lassen.

Das Johannisbeergelee in die Pfanne, in der zuvor das Fleisch gebraten wurde, einrühren. Das Gelee mit dem Balsamico sowie circa 100 Millilitern Wasser ablöschen und köcheln lassen. Die Himbeeren waschen, trocken tupfen und vier Beeren zum Anrichten zur Seite legen. Die übrigen Himbeeren in die Sauce geben und diese mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Lamm zusammen mit dem Salat auf einem Teller anrichten. Die Himbeersauce über den Salat geben, mit den übrigen Himbeeren garnieren und servieren.



### **Dessert: „Apfelfannkuchen mit Speck“ von Herbert Bernhardt**

#### **Zutaten für zwei Personen**

|            |                             |
|------------|-----------------------------|
| 3 Scheiben | Frühstücksspeck             |
| 1          | Apfel                       |
| 2          | Eier                        |
| 4 EL       | Milch                       |
| 1 EL       | Speisestärke                |
| 60 g       | Zucker                      |
| 1 Prise    | Salz                        |
|            | Butterschmalz, zum Anbraten |
|            | Ahornsirup, zum Anrichten   |

#### **Zubereitung**

Die Eier trennen. Das Mehl zusammen mit der Speisestärke, der Milch, dem Zucker sowie den Eigelben in eine Schüssel geben und alles miteinander verrühren. Den Eischnee zusammen mit dem Salz in ein hohes Gefäß geben und steif schlagen. Den Eischnee anschließend unter den Teig heben.

Den Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und in Spalten schneiden. Eine Pfanne erhitzen und den Speck darin knusprig braten. Den Speck anschließend aus der Pfanne nehmen, den Teig portionsweise hineingeben und jeweils mit den Apfelspalten belegen.

Die Pfannkuchen auf einem Teller anrichten. Den Speck darauf geben, mit dem Ahornsirup beträufeln und servieren.