

| Die Küchenschlacht - Menü am 03. Mai 2016 |  
„Vorspeise“ mit Nelson Müller



**Vorspeise: „In Parmesanteig frittierte Garnelen mit Aioli-Dip und Paprika-Lauchzwiebel-Salat mit Trüffel-Mayonnaise-Dressing“ von Klaus Badorek**

**Zutaten für zwei Personen**

*Für die frittierten Garnelen:*

8 mittelgroße Garnelen, küchenfertig  
1 Limette  
25 g Parmesan  
1 Ei  
110 g Mehl  
1 TL Backpulver  
Kichererbsenmehl, zum Mehlieren  
Rapsöl, zum Frittieren  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für den Aioli-Dip:*

2 Zehen Knoblauch  
½ Limette, davon den Saft  
100 ml Olivenöl  
1 Ei  
1 Msp. mittelscharfer Senf  
½ Bund glatte Petersilie  
½ Bund Thymian, zum Garnieren  
1 Spritzer Kräuteressig, zum Abschmecken  
1 Msp. Chilipulver, zum Abschmecken  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für das Paprika-Lauchzwiebel-Gemüse:*

400 g gemischte Paprika (gelb/grün/rot)  
4 Lauchzwiebeln  
1 Ei  
100 ml Sonnenblumenöl  
2 EL Trüffelöl  
4 EL weißer Balsamico  
1 TL Chilipulver  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle



### **Zubereitung:**

Fett in einer Fritteuse auf 160 Grad erhitzen.

Für den Paprika-Salat Paprika waschen, Kerngehäuse entfernen und in feine Streifen schneiden. Lauchzwiebel putzen, waschen und ebenfalls in Streifen schneiden. Ei trennen. Aus einem Eigelb und Öl eine Mayonnaise aufschlagen. Mayonnaise mit Trüffelöl, Essig und Chilipuler, mit Salz und Pfeffer würzen. Paprika mit Dressing vermengen und 20 Minuten ziehen lassen.

Für die Garnelen im Parmesanteig Parmesan fein reiben. Ei aufschlagen und mit Mehl, Parmesan, Backpulver und 200 Milliliter zu einem glatten Teig verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Garnelen waschen, trocken tupfen und in Kichererbsenmehl mehlieren. Dann in der Parmesan-Mehl-Mischung wenden und im Fett goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Limette halbieren und auspressen. Vor dem Servieren Garnelen mit Limettensaft beträufeln.

Für den Aioli-Dip Eigelb mit Senf, Essig, Salz und Pfeffer schaumig schlagen. Nach und nach Olivenöl hinzugeben und zu einer Mayonnaise aufschlagen. Knoblauch abziehen, fein hacken und mit Mayonnaise vermengen. Petersilie abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Aioli mit Chili, Limettensaft und einem Teil der Petersilie verfeinern und ziehen lassen.

In Parmesanteig frittierte Garnelen mit Aioli-Dip und Paprika-Salat mit Trüffel-Mayonnaise-Dressing anrichten, mit Petersilie und Thymianzweigen garnieren und servieren.



## **Vorspeise: „Mediterrane Süßkartoffel-Suppe mit Blätterteig-Taschen“ von Thomas Wüst**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Süßkartoffel-Suppe:*

250 g	Süßkartoffeln
250 g	Karotten
500 g	vorwiegend festkochende Kartoffeln
1	Zwiebel
1 Stück	Ingwer
250 ml	Kochsahne
2 EL	Rapsöl, zum Braten
1 TL	mildes Currypulver
	Mediterranes Meersalz, zum Würzen
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Blätterteig-Taschen:*

½ Pkg.	Blätterteig, aus dem Kühlregal
50 g	Nordseekrabben
1	Eigelb, zum Bepinseln

### **Zubereitung:**

Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Süßkartoffel-Suppe Süßkartoffeln, Kartoffeln und Karotten schälen und klein schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Ingwer schälen und ebenfalls klein schneiden. In einem Topf Rapsöl erhitzen und Zwiebeln darin glasig dünsten. Gemüswürfel und Ingwer hinzugeben und mit circa einem Liter Wasser aufgießen. Gemüse gar kochen. Dann mit dem Pürierstab sämig pürieren, Currypulver und Kochsahne zufügen. Noch einmal aufkochen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Blätterteig-Stangen aus dem Blätterteig Kreise ausstechen. Kreise mit Eigelb bepinseln. Nordseekrabben in die Mitte der Kreise geben und kleine Päckchen formen. Auf mittlerer Schiene für 20 Minuten in den Ofen geben.

Mediterrane Süßkartoffel-Suppe mit Blätterteig-Taschen anrichten und servieren.



## **Vorspeise: „Panierte Champignons mit Joghurt-Kräuter-Sauce“ von Gundi Boehlke**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die panierten Champignons:*

- 4 Riesenchampignons
- ¼ unbehandelte Zitrone
- 100 g Semmelbrösel
- 1 Ei
- ½ Bund glatte Petersilie
- Butterschmalz, zum Braten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Joghurt-Kräuter-Sauce:*

- 2 Zehen Knoblauch
- 200 g Sahnejoghurt
- 1 Bund gemischte Kräuter
- 4 Spritzer Worcestersauce, zum Abschmecken
- 4 Spritzer Zitronensaft, zum Abschmecken
- 2 Prisen Zucker, zum Abschmecken
- Cayennepfeffer, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für das die Garnitur:*

- 2 Rispen Tomaten
- 4 Blätter Kopfsalat
- ½ Bund glatte Petersilie
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung:**

Für die Champignons Pilze säubern, Stielenden entfernen. Stiele von den Köpfen lösen und klein schneiden. Beiseite stellen. Köpfe rundherum mit Zitrone einreiben und mit Salz und Pfeffer würzen. Zitrone auspressen und Saft beiseite stellen. Ei aufschlagen und verquirlen. Pilzköpfe zunächst durch die Eimasse ziehen, dann in den Semmelbröseln wälzen. Butterschmalz erhitzen und Pilze bei schwacher Hitze zehn Minuten goldbraun anbraten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Joghurt-Kräuter-Sauce Kräuter abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Knoblauch abziehen und in den Joghurt pressen. Joghurt mit Zucker, Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, Worcestersauce, gehackten Kräutern und einigen Spritzern Zitronensaft vermischen.

Klein geschnittene Pilzstiele mit Butterschmalz anbraten. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, hacken und mit den Pilzstielen vermengen. Mit Zitronensaft abschmecken.



Für die Garnitur Salatblätter, Tomaten und Petersilie waschen und trocken tupfen. Tomaten klein schneiden, Petersilie hacken. Salatblätter auf Teller legen, panierte Champignonköpfe darauf setzen. Mit gebratenen Stielen und Joghurt-Kräuter-Sauce füllen, mit Tomaten und Petersilie garniert servieren.



## **Vorspeise: „Kokossuppe mit Kardamom, Orangen-Lachs-Tatar und Nuss-Crostini“ von Heiko Diehl**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Kokossuppe:*

40 g	Knollensellerie
15 g	Ingwer
75 g	Kokosraspel
100 ml	Kokosmilch
400 ml	Geflügelfond
50 ml	Schlagsahne
½ Stange	Zitronengras
1 Msp.	Kurkumapulver
10 g	Kardamompulver
1 EL	Sesamöl, zum Braten
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für das Orangen-Lachs-Tatar:*

175 g	Räucherlachs
½	Orange, davon den Saft
10 g	Zwiebeln
20 g	Essiggurken
10 g	Kapern, aus dem Glas
15 ml	Orangen-Olivenöl
1 Msp.	Cayennepfeffer
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Nuss-Crostini:*

1	rote Chilischote
2 Scheiben	Toastbrot
25 g	gesalzene Butter
10 g	Cashewnüsse
10 g	Pistazienkerne
3 g	Leinsamen
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Backofen auf 170 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Suppe Sesamöl in einer Pfanne erhitzen. Sellerie schälen, klein würfeln. Ingwer ebenfalls schälen und klein hacken. Ingwer, Sellerie und Zitronengras in die Pfanne geben und andünsten. Mit Kokosraspeln bestreuen, mit Kokosmilch ablöschen. Geflügelfond, Kurkuma und Kardamom hinzufügen und alles circa 25 Minuten köcheln lassen. Zitronengras entfernen und Suppe erst pürieren, dann durchsieben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Am Schluss die Sahne zugeben und noch einmal aufmixen.



Für das Orangen-Lachs-Tatar Lachs in feine Würfel schneiden. Zwiebeln abziehen und gemeinsam mit Kapern und Essiggurken fein hacken. Mit Lachs und Orangen-Olivenöl vermengen. Orange pressen. Tatar mit Salz und Pfeffer würzen, mit Cayennepfeffer und Orangensaft abschmecken.

Für die Nuss-Crostini Toast in dünne Streifen schneiden. Chilischote waschen, halbieren, entkernen und klein schneiden. Cashew- und Pistazienkerne klein hacken. Mit der Salzbutter und den Leinsamen vermischen. Mit Pfeffer und Chili abschmecken. Brot mit der Nussmischung bestreichen und im Ofen bei 170 Grad Ober-/Unterhitze goldbraun backen.

Kokossuppe mit Kardamom, Orangen-Lachs-Tatar und Nuss-Crostini anrichten und heiß servieren.



**Vorspeise: „Carpaccio-Terrine mit Senfsauce und lauwarmem Edamame-Avocado-Salat mit Zitronen-Mayonnaise“ von Tamara Frey**

**Zutaten für zwei Personen**

*Für die Carpaccio-Terrine:*

1	Rinderfilet, à 200 g
½ Zehe	Knoblauch
5 g	Parmesan
25 g	Butter
2 EL	kalt gepresstes Olivenöl
1 Zweig	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für die Senfsauce:*

1	Schalotte
1 Zehe	Knoblauch
50 g	grobkörniger Dijon-Senf
20 g	Butter
100 ml	trockener Weißwein
100 ml	Schlagsahne
100 ml	Kokosmilch
50 ml	mildes Olivenöl
1 Zweig	Thymian
2 EL	Kapuzinerkresse
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für den Edamame-Avocado-Salat:*

225 g	Edamame
½ essreife	Avocado
1	Zitrone
1 TL	flüssiger Blütenhonig
5 Tropfen	Ingwer-Essenz
1 EL	Reiswein (Mirin)
1 EL	weißer Balsamico
3 EL	mildes Olivenöl
1 Prise	Wasabipulver
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für die Zitronen-Mayonnaise:*

½	Bio-Zitrone, davon Abrieb und Saft
4 EL	Crème fraîche
2 EL	Sonnenblumenöl
1 Prise	Zucker
	Piment d'espelette, zum Mörsern
1 Prise	Salz, aus der Mühle





## **Zubereitung:**

In einem Topf Wasser zum Kochen bringen.

Für die Terrine Rindfleisch abwaschen, trocken tupfen und in hauchdünne Scheiben schneiden. Gegebenenfalls plattieren. In einer Schüssel mit Olivenöl marinieren, mit Salz und Pfeffer würzen. Parmesan reiben und ebenfalls dazu geben. Marinierte Rindfleischscheiben in einem Anrichtering schichten. Thymian und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Butter in einer Pfanne erhitzen, Knoblauchzehe andrücken und samt Thymian und Rosmarin dazugeben. Rindercarpaccio aus dem Ring nehmen und von beiden Seiten in der Butter scharf anbraten.

Für die Senfsauce Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Schalotte und Knoblauch darin anschwitzen. Thymian abbrausen, trockenwedeln und mit dem Senf ebenfalls in die Pfanne geben. Mit Weißwein ablöschen. Hitze reduzieren. Sahne und Kokosmilch angießen und Flüssigkeit um die Hälfte reduzieren lassen. Sauce durchsieben und mit Salz und Pfeffer würzen. Butter dazugeben und mit dem Mixer aufschäumen. Kapuzinerkresse dazugeben und umrühren.

Für den Edamame-Avocado-Salat Edamame fünf Minuten in sprudelndem Wasser kochen. In Eiswasser abschrecken und Bohnen aus der Schote lösen. Avocado aus der Schale lösen und in kleine Würfel schneiden. Zitrone pressen und Avocadowürfel mit Zitronensaft beträufeln. Alle anderen Zutaten zu einem Dressing verquirlen – das Olivenöl zuletzt zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Dressing mit Edamame und Avocado vermengen.

Für die Zitronen-Mayonnaise Zitrone pressen und Schale abreiben. Zitronensaft mit der Crème fraîche verrühren, mit Salz und Zucker abschmecken. Öl in kleinen Mengen unterrühren, Am Schluss vorsichtig den Zitronenabrieb unterheben.

Carpaccio-Terrine mit Senfsauce und lauwarmem Edamame-Avocado-Salat anrichten. Zitronen-Mayonnaise in Tupfern auf den Salat geben. Piment d'espelette mörsern und auf die Mayonnaise streuen. Alles servieren.