

| Die Küchenschlacht - Menü am 11. März 2016 | „Finale“ Alfons Schuhbeck



Final-Vorspeise: „Kräutersuppe mit gerösteten Kokosflocken“ von Alfons Schuhbeck

Zutaten für zwei Personen

Für die Kräutersuppe:

50 g	Babypinac
50 g	mehligkochende Kartoffeln
1	Zitrone
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
2 cm	Ingwer
100 g	Sahne
1 EL	kalte Butter
2-3 Stängel	Petersilie
2-3 Stängel	Kerbel
2-3 Stängel	Brunnenkresse
2-3 Stängel	Basilikum
2-3 Stängel	Dill
1	Muskatnuss, zum Abschmecken
500 ml	Gemüsefond
	mildes Chilisalz, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Kokosflocken:

1 TL	Kokosflocken
------	--------------

Zubereitung

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Die Spinatblätter verlesen, gründlich waschen und abtropfen lassen. Die Kräuter waschen und abtropfen lassen. Spinat und Kräuter in kochendem Wasser kurz blanchieren, gerade so, dass sie zusammenfallen. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Spinat-Kräutermischung mit den Händen gut ausdrücken und klein hacken. Die Zwiebel abziehen halbieren und eine Hälfte in feine Würfel schneiden. Die andere Hälfte kann anderweitig verwendet werden. Die Kartoffeln schälen, waschen und in kleine Würfel schneiden.

Die Zwiebel- und Kartoffelwürfel mit dem Fond in einen Topf geben und knapp unter dem Siedepunkt etwa 15 Minuten ziehen lassen, bis beides weich ist. Inzwischen die Kokosflocken in einer Pfanne ohne Fett hellbraun anrösten und beiseite stellen.



Den Knoblauch abziehen und in dünne Scheiben schneiden und den Ingwer schälen. Die Sahne in die Suppe geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Kurz vor dem Servieren die

Spinat-Kräuterblätter-Mischung, die Knoblauchscheiben und die Butter in die Suppe geben. Nun noch etwas Ingwer sowie Zitronenabrieb in die Suppe reiben und alles mit dem Stabmixer unterrühren. Die Suppe mit Chilisalzwürfel und etwas Muskatnuss abschmecken.

Die Kräuter-Spinat-Suppe in vorgewärmte tiefe Teller schöpfen und mit den gerösteten Kokosflocken bestreuen. Servieren.



Finalgericht: „Gefülltes Zitronenbackhendl auf Kartoffel-Endiviensalat mit Gurken-Remoulade“ von Alfons Schuhbeck

Zutaten für zwei Personen

Für das Backhendl:

2	Hähnchenbrustfilets à 120 g, ohne Haut
2 Scheiben	Kochschinken
2 Scheiben	Emmentaler Käse
1	Ei
40 g	doppelgriffiges Mehl
50 g	Weißbrotbrösel
1	Zitrone
1	Muskatnuss, zum Abschmecken
150 ml	neutrales Pflanzenöl, zum Ausbacken
	mildes Chilisalz, zum Abschmecken
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Salat:

500 g	festkochende Minikartoffeln
4-5	Radieschen
1/8 Kopf	Endiviensalat
1	kleine Zwiebel
1 TL	Dijonsenf
200 ml	Hühnerfond
1-2 EL	Weißweinessig
2 EL	mildes Salatöl
	Mildes Chilisalz, zum Abschmecken
	Zucker, zum Abschmecken

Für die Remoulade:

80 g	Salatgurke
1	Zitrone
1 TL	eingelegter Ingwer
½	gekochtes Ei
1 TL	Kapern
100 g	Rahmjoghurt (10%)
1-2 TL	Ingwer-Einlegefond
½ TL	Dijonsenf
2 Stängel	Dill
	Mildes Chilisalz, zum Abschmecken

Zubereitung

Für das Backhendl die Hähnchenbrustfilets waschen und trocken tupfen. Anschließend jeweils sehr schräg in drei gleich große Stücke schneiden. Die einzelnen Stücke großflächig aufschneiden, so dass sie an einer Seite noch zusammenhängen. Aufklappen und zwischen



zwei Blättern geölter Klarsichtfolie etwas flach klopfen. Die Fleischscheiben mit Kochschinken und Käse belegen, zusammenklappen und mit Chilisalز und Pfeffer würzen.

Für die Panade etwas Zitrone abreiben. Die Eier in einem tiefen Teller verquirlen, mit Muskatnuss und Zitronenabrieb würzen. Das Mehl und die Weißbrotbrösel ebenfalls in je einen tiefen Teller geben. Die gefüllten Hähnchenstücke zuerst im Mehl wenden, dann durch die verquirlten Eier ziehen und zuletzt mit den Weißbrotbröseln panieren.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die panierten Hähnchenstücke darin bei mittlerer Hitze rundum goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Chilisalز nachwürzen.

Für den Endiviensalat die Kartoffeln waschen und in kochendem Salzwasser weich garen. Inzwischen die Radieschen putzen, waschen und in dünne Scheiben hobeln. Den Endiviensalat putzen, waschen, trocken schleudern und in Streifen schneiden. Die Zwiebel abziehen, halbieren und eine Hälfte in feine Würfel schneiden. Anschließend in einer Pfanne mit circa 100 Milliliter Wasser weich dünsten, bis die gesamte Flüssigkeit verkocht ist. Die zweite Hälfte kann anderweitig verwendet werden.

Die Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen, möglichst heiß pellen, in dünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Den Fond erhitzen, mit Essig und Senf verrühren und mit Chilisalز und Zucker würzen. Eine Handvoll Kartoffeln hinzufügen und mit dem Stabmixer pürieren.

Das Dressing nach und nach unter die Kartoffelscheiben mischen, bis die Flüssigkeit vollständig gebunden ist. Dann das Salatöl, die Radieschen, die Endivienstreifen und die Zwiebel untermischen.

Für die Remoulade die Gurke waschen, längs halbieren, die Kerne mit einem Löffel entfernen und die Gurke in circa einen halben Zentimeter große Würfel schneiden. In Salzwasser eine halbe bis eine Minute kochen, abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Den Dill waschen, trocken tupfen und klein hacken. Eingelegten Ingwer, ein halbes Ei und Kapern klein hacken. Den Rahmjoghurt mit Ingwer-Einlegefond und Senf glatt rühren. Gurkenwürfel, Ingwer, Ei, Kapern, Zitronenabrieb und Dill hinein rühren. Mit Chilisalز würzen.

Die gefüllten Zitronenbackhendl-Stücke zusammen mit dem Kartoffelsalat auf warmen Tellern anrichten und die Remoulade dazu servieren.