

| Die Küchenschlacht - Menü am 06. Januar 2016 |
„Thementag: Kohldampf“ Nelson Müller



Hauptgericht: „Steinbeißerfilet mit Rahmwirsing, Röstkartoffeln und karamellisierten Birnen“ von Julia Barghusen

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

2 Steinbeißerfilets à 200 g
3 EL Mehl, zum Mehlieren
1 TL feines Salz, zum Würzen
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Rahmwirsing:

1 Kopf Wirsing
2 Schalotten
100 g Speck
200 ml Schlagsahne
100 ml Gemüsefond
1 Schuss Weißwein
50 g Butter
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Röstkartoffeln:

300 g Drillinge
100 g Butterschmalz
feines Salz, zum Würzen

Für die karamellisierten Birnen:

2 Birnen
100 ml Birnensaft, zum Ablöschen
200 g Zucker

Zubereitung

Für die Röstkartoffeln Drillinge circa 10 bis 15 Minuten in einen Topf mit kochendem Salzwasser geben.

Für den Rahmwirsing den Strunk vom Wirsing entfernen, die Hälfte in Streifen schneiden und für drei bis vier Minuten in kochendes Salzwasser geben. Wirsing abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken. Schalotten abziehen und mit Speck würfeln. Butter in einem Topf erhitzen und Speck und Schalotten anbraten. Blanchierten Wirsing hinzugeben und mit anbraten. Mit einem Schuss Weißwein ablöschen, danach mit Fond aufgießen und einkochen lassen. Sahne hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und Abrieb von der Muskatnuss abschmecken.



Für den Fisch Mehl mit Salz vermischen, Steinbeißerfilets pfeffern und in Mehl wenden. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Steinbeißerfilets darin circa vier Minuten von jeder Seite braten.

Für die Karamellbirnen die Birnen in Spalten schneiden, Zucker in einem Topf erhitzen, dabei mehrmals umrühren, bis der Zucker flüssig ist. Mit Birnensaft ablöschen. Birnenspalten hinzugeben und in der Karamellmasse köcheln lassen.

Kartoffeln pellen und mit Butterschmalz in einer Pfanne rösten. Kartoffeln mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Steinbeißer mit Rahmwirsing, Röstkartoffeln und karamellisierten Birnen auf Tellern anrichten und servieren.



Hauptgericht: „Rinderfilet mit Rotweinsauce, Steinpilz-Risotto und Wirsing“ von Marko Dietrich

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch:

400 g Rinderfilet
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Steinpilz-Risotto:

300 g Risotto-Reis
2 Schalotten
100 g frische Steinpilze
20 g getrocknete Steinpilze
1 Zitrone
500 ml Gemüsefond
150 g Parmesan
50 g Butter
1 Zweig Rosmarin

Für das Wirsinggemüse:

1 kleiner Wirsingkohl
1 Schalotte
½ Zitrone
50 g Pinienkerne

Für die Rotweinsauce:

300 ml Rotwein
200 ml Gemüsefond
50 g kalte Butter
1 EL Tomatenmark

Zubereitung

Den Ofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Getrocknete Steinpilze in reichlich Wasser einweichen.

Für das Rinderfilet eine Pfanne erhitzen und das Fleisch scharf von allen Seiten anbraten. Butter und Rosmarin in die Pfanne geben und aufschäumen lassen, anschließend für circa 20 Minuten in den Ofen geben.

Für die Rotweinsauce Tomatenmark in der Pfanne anbraten, mit Gemüsefond und Rotwein ablöschen und einkochen lassen. Zum Schluss mit etwas kalter Butter binden.

Für das Risotto Schalotten abziehen, fein würfeln und in einem Topf mit etwas Butter andünsten und den Risotto-Reis hinzugeben. Unter ständigem Rühren im Abstand von drei Minuten etwas Gemüsefond angießen. Die eingeweichten Steinpilze klein schneiden und zugeben.



Für den Wirsing Schalotte abziehen, würfeln und den Wirsing grob schneiden. Schalotte in einer Pfanne anschwitzen, Wirsing und Pinienkerne hinzugeben und kurz anbraten. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Sobald das Risotto bissfest ist, Parmesan, etwas Saft der Zitrone und Butter unter das Risotto heben. Frische Steinpilze grob schneiden und in etwas Butter und Rosmarin schwenken. Mit dem Risotto vermengen.

Das Rinderfilet mit Steinpilz-Risotto und Wirsing auf Tellern anrichten und servieren.



Hauptgericht: „Falscher Hase mit Kartoffelpüree und Kohlgemüse“ von Margita Greyer

Zutaten für zwei Personen

Für den falschen Hasen:

250 g	Rinderhackfleisch
250 g	Schweinehackfleisch
100 g	fein gewürfelter Bauchspeck
4 Scheiben	Bauchspeck
2	Zwiebeln
1	Knoblauchzehe
4	Eier
4	Scheiben Toastbrot
100 g	Semmelbrösel
150 g	Butterschmalz
500 ml	Rinderfond
1 Bund	glatte Petersilie
1 EL	gerebelter Majoran
1 TL	gemahlener Kümmel
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Kartoffelpüree:

3	mehlig kochende Kartoffeln
1	Zwiebel
100 g	Butter
125 ml	Milch
200 ml	Rinderfond
	Muskatnuss, zum Reiben
	Salz, aus der Mühle

Für das Kohlgemüse:

1	Wirsingkohl
2	Zwiebeln
½	Zitrone
1	Knoblauchzehe
100 g	fein geschnittener Bauchspeck
200 ml	Rinderfond
50 g	Mehl
1 Prise	Zucker
1 TL	Kümmel
1 Bund	glatte Petersilie
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Zwei Eier in kochendem Wasser hart kochen.



Für den falschen Hasen Toastbrot in Wasser einweichen und ausdrücken. Fein gehackten Bauchspeck in etwas Butterschmalz anbraten, eine Zwiebel abziehen, fein hacken und mit braten. Auskühlen lassen, zweite Zwiebel ebenfalls abziehen und fein hacken und in Butterschmalz anbraten. Knoblauch abziehen. Petersilie waschen, zupfen und hacken. Rinder- und Schweinehackfleisch mit Salz, Pfeffer, Majoran, Kümmel, zwei rohen Eiern, gerösteten Zwiebeln, gehackter Petersilie, gepresstem Knoblauch und den ausgedrückten Toastbrotsscheiben mischen. Eventuell etwas Wasser nachgeben, ausrollen, mit dem Speck-Zwiebelgemisch bestreichen und die hart gekochten Eier darauf legen. Anschließend zu einem Hackbraten zusammenrollen, in Semmelbröseln wälzen und kurz in Butterschmalz anbraten. Danach mit den Speckscheiben belegen und für etwa 20 Minuten bei 200 Grad in den Ofen geben. Mit Rinderfond angießen.

Für das Kartoffelpüree Salzwasser mit etwas Rinderfond aufkochen. Kartoffeln in Stücke schneiden und darin weich kochen. Passieren, mit Milch und Butter verrühren und mit Salz und Muskat abschmecken. Zwiebel abziehen, in Ringe schneiden, in Butter kross braten.

Für das Kohlgemüse Zwiebeln abziehen, klein schneiden und anschwitzen. Wirsingkohl klein schneiden, dazu geben und rösten. Prise Zucker dazu und mit einem Spritzer Zitronensaft ablöschen. Mit Fond aufgießen, Kümmel und gepressten Knoblauch dazugeben, salzen, pfeffern, mit Mehl binden und etwas einkochen lassen.

Den falschen Hasen aufschneiden und gemeinsam mit dem Kartoffelpüree, Zwiebelringen und dem Kohlgemüse auf Tellern anrichten und servieren.



Hauptgericht: „Bison-Steak mit Ahornsirup-Butter, Orangen-Erdnuss-Sauce, selbstgemachten Fettuccine und amerikanischem Kohl-Apfel-Salat“ von Timon Gosch-Huper

Zutaten für zwei Personen

Für das Steak:

2 Bison Rib-Eye-Steaks à 250 g
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Ahornsirup-Butter:

80 g weiche Butter
10 g getrocknete Cranberries
20 g Ahornsirup
2 Zweige krause Petersilie
Cayennepfeffer, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle

Für die Orangen-Erdnuss-Sauce:

1 Zwiebel
2 Orangen
20 ml Geflügelfond
1 TL Erdnussbutter

Für die Fettuccine:

250 g Weizenmehl
50 g Hartweizengrieß
2 Eier
2 Eigelbe
2 EL Olivenöl
Mehl, zum Mehlieren
Salz, aus der Mühle

Für den Kohl-Apfel-Salat:

225 g Weißkohl
225 g Rotkohl
½ Apfel
1 EL Apfelessig
1 ½ EL Mayonnaise
1 EL Schmand
½ TL mittelscharfer Senf
1 Zweig krause Petersilie
1 TL Zucker
½ TL Selleriesalz
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle



Zubereitung

Den Ofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen.

Für die Steaks das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Bei starker Hitze auf jeder Seite eine Minute anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch herausnehmen, auf ein mit Alufolie belegtes Backblech legen und im Ofen acht Minuten garen, dabei einmal wenden. Fleisch herausnehmen, in Alufolie gewickelt 15 bis 20 Minuten ruhen lassen.

Für die Ahornsirup-Butter Butter mit dem Handrührgerät cremig aufschlagen. Cranberries fein hacken. Petersilienblätter abzupfen, fein hacken. Sirup, Cranberries und Petersilie mit der Butter kräftig verrühren und mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Butter in Klarsichtfolie wickeln und fest zu einer Rolle drehen. Ins Gefrierfach legen.

Für die Fettuccine-Nudeln Eier trennen. Mehl, Grieß, zwei Eier, zwei Eigelb, Olivenöl, Salz und drei Esslöffel Wasser mit dem Handrührgerät kneten. Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche durchkneten, zur Kugel formen und in Folie 20 Minuten ruhen lassen. Dann Teig aus der Folie nehmen und circa zwei Millimeter dick ausrollen. Teigplatte großzügig mit Grieß bestreuen, Ober- und Unterseite der Länge nach übereinander klappen. Mit einem Messer die Nudelplatte in circa einen halben Zentimeter breite Streifen schneiden. Nudeln mit Grieß bestreuen und locker auf ein Blech legen.

In einem Topf mit kochendem Salzwasser die Nudeln für circa sieben Minuten garen.

Für die Orangen-Erdnuss-Sauce Zwiebel abziehen und zur Hälfte fein würfeln. Eine Orange halbieren und den Saft auspressen. Zweite Orange schälen und filetieren. Zwiebeln in Öl fünf Minuten glasig anschwitzen. Mit Orangensaft und Geflügelfond ablöschen und aufkochen lassen. Erdnussbutter hinzugeben und unterrühren. Orangenfilets in der Sauce heiß werden lassen.

Für den Salat Weißkohl, Rotkohl und Apfel in dünne Streifen schneiden und zusammen in eine große Schüssel geben. In einer weiteren Schüssel Mayonnaise, Schmand, Essig, Senf, Sellarisalz, eine Prise Salz, Pfeffer und Zucker vermischen. Das Ganze zu dem Kohl geben, vermengen und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Das Bison-Steak mit Ahornsirup-Butter, Orangen-Erdnuss-Sauce, selbstgemachten Fettuccine und amerikanischem Kohl-Apfel-Salat auf Tellern anrichten und servieren.