

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 23. Februar 2021 ▪
Vorspeise mit Mario Kotaska



Kathrin Deininger

Zweierlei von Garnele und Avocado mit Sesam-Cracker

Zutaten für zwei Personen

Für die Cocktail-Garnelen:

100 g kleine vorgegarte Garnelen
1 Ei
1 TL mittelscharfen Senf
1 EL Schmand
3 EL Ketchup
1 EL Tomatenmark
4 cl Cognac
1 Zitrone, Saft
250 ml Rapsöl
Chilisalز
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Gourmet Stufe Umluft mit Ober/- Unterhitze vorheizen. Ei mit Senf, Zitronensaft, Rapsöl, Salz und Pfeffer in ein hohes Gefäß füllen. Pürierstab auf den Boden setzen und anstellen. Sobald die Masse zu emulgieren beginnt, den Pürierstab ganz langsam nach oben ziehen. Nochmals abschmecken.

Aus einem Teil der Mayonnaise mit Schmand, Ketchup, Tomatenmark, Cognac, etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer eine Cocktailsauce herstellen. Mit den Garnelen vermischen und den anderen Teil der Mayonnaise für die Avocado-Creme aufbewahren.

Für die Guacamole:

1 reife Avocado
1 Limette, Saft
Chilisalز
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Avocado schälen und Fruchtfleisch lösen. Mit einem Messer kleinhacken und mit Limettensaft, Salz, Pfeffer und Chili abschmecken. Im Ring anrichten. Garnelen Cocktail auf der Guacamole anrichten.

Für die gebratene Garnele:

2 Riesengarnelen, küchenfertig, ohne Schale
1 Zitrone, Saft
Etwas Ingwer
1 TL Butter
1 Zweig Thymian
Olivenöl, zum Braten
Chilisalز
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Garnelen in heißem Olivenöl mit dem Zweig Thymian anbraten. Mit Zitronensaft ablöschen. Salzen und pfeffern. Ingwer in Scheiben schneiden und zusammen mit Butter am Ende der Garzeit mit in die Pfanne geben. Die Garnelen sollten schön glasig sein.

Für die Avocado-Wasabi-Creme:

1 reife Avocado
1 EL Mayonnaise (von oben)
1 EL Schmand
1 TL Wasabipaste
1 Limette, Saft
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Avocado mit Mayonnaise, Schmand und Wasabipaste mithilfe eines Pürierstabes pürieren. Mit Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. In einen Spritzbeutel füllen. Creme punktuell um die gebratene Garnele spritzen.

Für den Cracker: Alle Zutaten zu einem glatten Teig verarbeiten. Zwischen einem Backpapier hauchdünn ausrollen. Auf ein Backblech geben. Mit Fleur de Sel bestreuen. Für ca. 12 Minuten im Ofen goldgelb backen. Auskühlen lassen und in Stücke brechen.

- 100 g Dinkelmehl
- 50 ml warmes Wasser
- 2,5 EL Sonnenblumenöl
- 2 EL heller Sesam
- 1 EL schwarzer Sesam
- Fleur de Sel Flocken
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Dill abbrausen, trockenwedeln und als Garnitur verwenden.

- 2 Zweige Dill

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Gerhard Nüßlein

Süßkartoffel-Suppe „Surf and Turf“ mit Käsetoast

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe:

250 g Süßkartoffeln
100 g Möhren
50 g Knollensellerie
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone, Saft
10 g Ingwer
1 Stängel Zitronengras
250 ml Gemüsefond
200 ml Kokosmilch
½ EL Tahini
1 EL Olivenöl
1 Zweig krause Petersilie
1 Zweig Koriander
1 EL weiße Sesamkörner
1 EL schwarze Sesamkörner
1 TL Currypulver
Chiliflocken, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Hühnchen:

150 g Hühnerbrust
2 EL Olivenöl
Chiliflocken, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle

Für die Garnelen:

6 mittelgroße Garnelen, küchenfertig
2 Stängel Zitronengras
1 Zitrone, Saft
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Toast:

2 Scheiben Toastbrot
50 g geriebener Cheddar

Für die Garnitur:

50 g Crème fraîche
Geröstete Kokos-Chips

Die Süßkartoffeln und Möhren sowie Sellerie schälen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken. Ingwer schälen und fein reiben.

Olivenöl in einem Topf erhitzen. Schalotten und Knoblauch zugeben und zwei Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Süßkartoffel- und Möhrenwürfel sowie Ingwer und Sellerie zufügen, kurz mitschwitzen. Fond und Kokosmilch angießen, Stange Zitronengras, Tahini und Zitronensaft hinzugeben und bei mittlerer Hitze 20 bis 25 Minuten köcheln lassen.

Anschließend den Zitronengrasstängel aus der Suppe entfernen.

Suppe mit Curry, Salz, Pfeffer und Chili würzen und mit einem Pürierstab fein pürieren.

Petersilie und Koriander feinhacken. Sesamkörner mit Petersilie und Koriander vermischen.

Hühnerbrust in kleine Würfel schneiden. In einer Schüssel Olivenöl mit Chiliflocken und etwas Salz mischen und Hühnchen darin marinieren.

Hühnchen scharf anbraten und warmhalten.

Garnelen entlang des Rückens einschneiden, jeweils schwarzen Darmfaden entfernen. Garnelen waschen, trocken tupfen. Zitronengras längs halbieren. Je 2 Garnelen auf 1 Holzspieß und 1 Zitronengrashälfte stecken. Öl in einer Pfanne erhitzen, Garnelenspieße darin 3 bis 4 Minuten von beiden Seiten braten. Mit Zitronensaft beträufeln. Salzen und pfeffern.

Toastbrot in der Pfanne rösten. Brot auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, mit dem geriebenen Käse bestreuen, und den Käsetoast unter dem Backofen-Grill goldbraun rösten.

Suppe anrichten, Crème fraîche in die Mitte geben, Petersilien-Sesam-Koriandermischung drüberstreuen. Mit gerösteten Kokos-Chips verzieren. Garnelenspieße auf Suppenteller drapieren. Hühnchen in die Suppe geben. Dazu in Dreiecke geschnittenen Käsetoast servieren.



Beatrice Blank

Rindertatar mit Nashi-Sellerie-Salat, Limetten-Mayonnaise und selbstgebackenem Buttermilch-Brötchen

Zutaten für zwei Personen

Für das Rindertatar:

200 g Rinderfiletspitze
 ½ Schalotte
 1 Anchovis
 1 Ei, Eigelb
 ½ TL feiner Senf
 ½ EL Cognac
 ½ EL Ketchup
 2 Cornichons
 1 TL Kapern + einige zum Garnieren
 Cayennepfeffer
 Edelsüßes Paprikapulver
 1 TL Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 200 Grad vorheizen.

Fleisch kleinschneiden und mit Paprikapulver und Zucker einreiben.

In den Fleischwolf geben und danach auf Eiswürfeln kaltstellen.

Ei trennen und Eigelb mit Senf, Cognac und Ketchup verrühren.

Schalotte abziehen und mit Cornichons, Kapern und Anchovis fein hacken und unterheben. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer kräftig würzen. Das fein geschnittene Rindfleisch zufügen, vermengen und nochmal scharf abschmecken.

Für die Mayonnaise:

1 Limette, Abrieb & Saft
 1 Ei
 1 TL Senf
 250 ml Sonnenblumenöl
 Salz, aus der Mühle
 Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Alle Zutaten in ein hohes Gefäß geben und mit einem Stabmixer zur Mayonnaise hochziehen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Dressing:

1 rote Chilischote
 3 EL Reisessig
 1 EL Agavendicksaft
 3 EL Erdnussöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Chili entkernen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Mit Essig und Agavendicksaft verquirlen, salzen und pfeffern und Erdnussöl unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Salat:

1 kleine Nashi Birne
 ½ kleine rote Zwiebel
 2 Stangen Sellerie
 ½ Limette, Saft

Birne schälen, entkernen und in feine Würfel schneiden. Mit Limettensaft beträufeln. Sellerie waschen schälen und in feine Scheiben schneiden.

Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden.

Alles vermischen und mit dem Dressing vermischen. 10 Minuten ziehen lassen.

Für die Buttermilch-Brötchen:

90 g Weizenmehl
35 g Vollkornweizenmehl
20 g feine Haferflocken
½ EL Butter
125 ml Buttermilch
½ TL Natron
½ TL Backpulver
½ TL Zucker
½ TL Salz

Die Mulden eines Mini-Muffinbleches einfetten.

Trockene Zutaten vermengen. Butter unterreiben. Buttermilch dazugießen und vermengen. Teig in die Mulden des Muffinbleches geben. Im vorgeheizten Ofen ca. 13 Minuten backen.

In je zwei kleinen Servierringen Salat und Tartare anrichten. Mit Kapern garnieren. Dazwischen ein Brötchen platzieren. Mayonnaise in einen Spritzbeutel füllen und daneben spritzen. Alles servieren.



Jan-Hendrik Oelrichs

Rote-Bete-Birnen-Carpaccio mit zweierlei Mezzelune und Honig-Senf-Sauce

Zutaten für zwei Personen

Für das Carpaccio:

200 g frische Rote Bete
100 g Feldsalat
1 Birne
25 g Kürbiskerne
50 g Walnüsse
1 TL Butter
Neutrales Öl
25 g Zucker

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Walnüsse grob mahlen. Kürbiskerne und grob gemahlene Walnüsse in einer Pfanne trocken rösten, herausnehmen und beiseite stellen.

Zucker mit zwei Esslöffeln Wasser in einem Topf aufkochen, Kürbiskerne zugeben und mit einem Holzlöffel kräftig umrühren bis der Zucker karamellisiert und flüssig wird. Butter unterrühren. Auf Alufolie gießen und rasch verstreichen. Abkühlen lassen. Frische rote Beete hauchdünn schneiden und mit auf die Alufolie geben. Im Ofen für 10 Minuten backen.

Salat waschen und trockenschleudern. Rote Bete auf einem Teller anrichten und den Feldsalat sowie geschnittene Birnen darüber geben.

Für die Sauce:

1 Schalotte
¼ TL Honig
½ TL Senf
1 ½ EL Balsamico
2 ½ EL neutrales Öl
Rote Bete Saft, aus dem Carpaccio
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und feinstwürfeln. Balsamico mit Salz und Pfeffer verrühren. Honig und Senf hinzugeben. Öl hinzugeben. Ganz zum Schluss die feinst gewürfelten Schalotten und den rote Bete Saft aus dem Ofen hinzugeben.

Für den Teig:

150 g Mehl
2 Eier
1 EL Olivenöl
1 TL Salz

Mehl in eine Schüssel geben. In der Mitte eine Mulde formen und Salz sowie Eier und Öl hineingeben. Kräftig verrühren.

Für Füllung eins:

200 g Pistazien, ohne Schale
100 g Walnüsse
200 g Parmesan
1 Ei, Eigelb
1 Bund glatte Petersilie
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ei trennen. Parmesan reiben und mit Pistazien, Walnüsse, Muskatnussabrieb, Salz, Pfeffer und dem Eigelb in einer Küchenmaschine zu einer feinen Paste verarbeiten. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und dazugeben.

Für Füllung zwei:
250 g braune Champignons
1 kleine Schalotte
100 g Ricotta
30 g Parmesan (Parmigiano Reggiano)
1 Ei, Eigelb
1 TL Butterschmalz
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Champignons putzen, kleinschneiden und in der Pfanne mit Butterschmalz so lange angebraten, bis sie recht trocken sind. Schalotte abziehen, kleinschneiden und kurz mit anschwitzen. Parmesan reiben. Abgekühlt mit dem Ricotta und dem Parmigiano vermischen, mit Salz, Pfeffer und Muskat grob abschmecken. Einige Zeit durchziehen lassen. Dann das Eigelb untermischen.

Carpaccio anrichten. Rollen aufschneiden und nebeneinander auf dem Teller anrichten. Petersilie und etwas Dressing drüber geben und servieren.



Jutta Nicolaus

Wingertsalat mit gratiniertem Ziegenfrischkäse und herzhaften Waffeln

Zutaten für zwei Personen

Für den Salat:

150 g Feldsalat
 1 nicht zu weiche Birne
 1-2 rote Zwiebeln
 1-2 Knoblauchzehen
 1 EL weißer Balsamessig
 1 TL süßer grober Senf
 1 TL Dijonsenf
 2 EL Birnensaft
 60 g Walnüsse
 1 EL Butter
 1 ½ EL feines Olivenöl
 Etwas Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Salat gut waschen und abtropfen lassen

Zwiebel abziehen, in Ringe schneiden, Knoblauch abziehen, fein schneiden und beides kurz in Olivenöl dünsten.

Birne waschen, in Spalten schneiden und kurz in warmer Butter braten.

Walnüsse grob gehackt in einer Pfanne mit Zucker rösten und leicht karamellisieren lassen.

Mit Senf, Essig, Öl, Birnensaft, Salz und Pfeffer ein Dressing herstellen.

Feldsalat mit dem Dressing vermischen.

Für den Ziegenkäse:

3 Ziegenfrischkäsetaler
 3 EL feiner Rohrzucker aus Zuckerrohr
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ziegenfrischkäsetaler mit Pfeffer würzen, mit Zucker bestreuen und mit dem Bunsenbrenner gratinieren.

Für die Waffeln:

110 g Butter
 4 Eier
 125 ml Buttermilch
 225 g Weizen-Mehl, Type 550
 2 TL Natron
 80 g Sesamsaat
 150 g durchwachsene Speckwürfel
 100 g grüne Oliven, ohne Stein
 1 TL Tomatenmark
 Speck-Schwarte, zum Einreiben
 1 Prise Cayennepfeffer
 1 Prise Kurkuma
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Weiche Butter und Eier verrühren. Mehl mit Natron gemischt zusammen mit der Buttermilch unterrühren. Sesamsaat, Gewürze, Speck und kleingeschnittene Oliven untermischen. Teig etwas ruhen lassen.

Waffeleisen vorheizen; mit Speckschwarte einreiben; einen großen Löffel des zähflüssigen Teigs einfüllen und goldbraun backen.

Den Feldsalat mit Walnüssen bestreuen und zusammen mit Frischkäsetalern anrichten. Die Waffeln dazu reichen und servieren.