

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 01. März 2021** ▪  
**Leibgericht mit Alfons Schuhbeck**



Jennifer Rauser

**Glasnudeln mit Zitronengras-Knoblauch-Garnelen und  
Frühlingsrollen mit Sweet Chili Sauce**

Zutaten für zwei Personen

**Für den Glasnudelsalat:**

200 g Glasnudeln  
 1 große Karotte  
 1 Paprika  
 1 rote Chilischote  
 1 Frühlingszwiebel  
 100 g Mungbohnsensprossen  
 2 cm Ingwer  
 1 kleine weiße Zwiebel  
 1 Knoblauchzehe  
 300 ml Hühnerfond  
 2 EL dunkle Sojasauce  
 2 EL Oystersauce  
 2 EL Fischsauce  
 1 EL Zucker  
 ½ Bund Koriander  
 Neutrales Öl, zum Anbraten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Glasnudeln mit kochendem Wasser übergießen, 5 Minuten ziehen lassen und mit einer Schere zerschneiden.

Karotte schälen und in Streifen schneiden. Paprika halbieren, von den Scheidewänden und Kernen befreien und in Streifen schneiden. Chili klein hacken. Frühlingszwiebeln von der Wurzel befreien und klein schneiden. Ingwer schälen und fein hacken. Knoblauch und Zwiebel abziehen und klein schneiden.

Wok mit Öl erhitzen und Zwiebeln, Ingwer und Chili darin scharf anbraten. Knoblauch hinzufügen. Nach und nach Karotten, Paprika und Mungbohnsensprossen hineingeben. Zucker einstreuen und etwas karamellisieren lassen. Mit Hühnerfond ablöschen und dunkle Sojasauce zusammen mit der Oystersauce eingießen. Die eingeweichten Nudeln hinzufügen und die Flüssigkeit aufsaugen lassen. Mit Fischsauce, Salz und Pfeffer abschmecken. Koriander abrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Glasnudelsalat mit Koriander dekorieren.

**Für die Garnelen:**

6 große Garnelen, geschält und entdarmt  
 1 Zitrone  
 2 Stängel Zitronengras  
 3 Knoblauchzehen  
 2 rote Chilischoten  
 4 EL Reiswein (Shaoxing)  
 1 EL Zucker  
 100 g Mehl  
 Neutrales Öl, zum Anbraten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schale von der Zitrone abreiben, anschließend halbieren und Saft auspressen. Garnelen abrausen, trockentupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wenden. Öl in einer Pfanne stark erhitzen und Garnelen darin anbraten und gleich wieder rausnehmen. Knoblauch abziehen und halbieren. Zitronengras andrücken. Chilischoten klein schneiden. Im Öl der Garnelen die Zitronenschale, Zitronengras, Knoblauch und Chili anschwitzen. Zucker einstreuen und karamellisieren lassen, anschließend mit Reiswein ablöschen. Kurz abkühlen lassen, danach Garnelen in dem Sud ziehen lassen.

**Für die Frühlingsrollen:** Hackfleisch in einer Pfanne in Öl anbraten bis sämtliche Flüssigkeit verdunstet ist. Chili klein schneiden, Ingwer und Knoblauch schälen und fein reiben, hinzugeben und weiterbraten. Frühlingszwiebel von der Wurzel befreien und klein schneiden. Paprika halbieren, entkernen, von den Scheidewänden befreien und klein schneiden. Karotte schälen und klein schneiden. Karotten, Frühlingszwiebel, Paprika Mais und Erbsen in die Pfanne geben und weiterbraten. Mit Hühnerfond ablöschen und Limettenblätter dazugeben. Mungobohnensprossen hinzufügen, etwas kochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6 Blätter Frühlingsrollenpapier  
200 g gemischtes Hackfleisch  
1 Karotte  
1 Paprika  
1 Frühlingszwiebel  
50 g Mungobohnensprossen  
50 g Mais  
50 g TK-Erbsen, alternativ frische  
100 ml Hühnerfond  
2 Knoblauchzehen  
1 rote Chilischote  
1 Ingwerknolle  
2 Kaffir Limettenblätter  
Erdnussöl, zum Frittieren  
Neutrales Öl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Für die Sweet Chili Sauce:** Alle Zutaten bis auf die Stärke mit 60 ml Wasser in einen Mixer geben und bis zur gewünschten Konsistenz in grobe Stücke zerkleinern. In einem Topf bei mittlerer Hitze aufkochen und auf kleiner Flamme für etwa 3 Minuten köcheln.

2 nicht zu scharfe rote Chilischoten  
1 TL Meersalz  
80 g Zucker  
60 ml Reissig  
1 Knoblauchzehe  
1 EL Speisestärke

Die Stärke mit 2 EL Wasser anrühren und in die Sauce rühren, für eine Minute mitköcheln lassen, bis die Sauce eindickt.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Felix Bossow**

## **Jakobsmuscheln auf Blumenkohlpüree mit Portwein-Buttersauce und blauen Kartoffelchips**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Püree:**

½ Blumenkohl  
 2 Schalotten  
 1 Limette  
 100 g Butter  
 100 ml Sahne  
 30 ml weißer Portwein  
 100 ml Geflügelfond  
 1 Prise Zucker  
 Muskatnuss, zum Reiben  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Blumenkohl in kleine Röschen teilen. Die Strünke klein schneiden. Schalotten abziehen und würfeln. Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und Schalotten darin anschwitzen. Blumenkohl dazugeben und mit anschwitzen. Mit Portwein ablöschen und Flüssigkeit fast vollständig verkochen lassen. Geflügelfond angießen, Sahne dazugeben und alles bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten weich garen.

Limette halbieren und auspressen. Die Blumenkohlmasse pürieren, die restliche Butter untermischen und das Püree mit Limettensaft, Salz, Pfeffer, Zucker und Muskatnuss abschmecken.

### **Für die Butter:**

1 Handvoll kleine blaue Trauben  
 125 g kalte Butter  
 200 ml roter Portwein  
 200 ml Rotwein  
 1 Prise Zucker  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Portwein und Rotwein in einen Topf geben und die Flüssigkeit auf ca. ein Drittel reduzieren lassen. Butter einrühren und mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Haut der Trauben abziehen und Trauben halbieren. Topf vom Herd nehmen, Trauben einrühren.

### **Für den Chip:**

1 blaue Kartoffel  
 Sonnenblumenöl, zum Frittieren

Kartoffel schälen, in dünne Scheiben schneiden und in Öl in einem Topf knusprig frittieren.

### **Für die Muschel:**

6 Jakobsmuscheln  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Jakobsmuscheln salzen und pfeffern und die Muscheln ohne Öl ca. 2 Minuten in einer Pfanne braten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Verena Schiller

## Lamm mit warmem Bulgursalat und Joghurtsauce

Zutaten für zwei Personen

### Für das Lamm:

2 große Lammlachse, à 200 g  
100 g Butter  
½ Bund Salbei  
Olivenöl mit Zitrone, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Lammlachse salzen und pfeffern. Öl mit Butter in einer Pfanne erhitzen, Salbei hinzufügen und Lammlachse rosa ca. 3 min auf jeder Seite anbraten. Lammlachse auf einem Rost im Ofen weitere 6 Minuten rosa garziehen lassen.

### Für den Bulgursalat:

250 g Instant Bulgur  
(10 Minuten Kochzeit)  
3 Karotten  
2 Stangen Staudensellerie  
½ Salatgurke  
2 Schalotten  
2 cm Ingwer  
3 Kardamom Kapseln  
1 Sternanis  
1 Handvoll Rosinen  
40 g Mandelsplitter  
½ Bund Petersilie  
½ Bund Koriander  
1 Prise Kreuzkümmel  
1 Prise Zimt  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ingwer schälen und in feine Scheiben schneiden. 500 ml gesalzenes Wasser zum Kochen bringen, Bulgur und Ingwerscheiben, sowie Kardamom und Sternanis hineingeben und ca. 8-10 Minuten kochen.

Gurke und Karotten schälen und in sehr kleine Würfel schneiden. Sellerie oben und unten kürzen, Fäden ziehen und ebenfalls in Würfel schneiden. Schalotten abziehen, klein schneiden und mit Karotten in einer Pfanne anbraten, etwas später den Staudensellerie dazugeben.

Bulgur in einem Sieb abtropfen lassen und Ingwer, Kardamom und Sternanis entfernen. Bulgur zum Gemüse in die Pfanne geben. Petersilie und Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Rosinen und Petersilie, sowie die Gurke und Mandelsplitter hinzugeben. Alles gut verrühren und mit etwas Zimt und Kreuzkümmel sowie Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss Koriander unterheben.

### Für die Sauce:

300 g griechischer Joghurt (10% Fett)  
½ Salatgurke  
1 Zitrone  
1 Knoblauchzehe  
3 Zweige Minze  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Gurke schälen und mit einer groben Raspel raspeln und gut ausdrücken.

Knoblauch abziehen und pressen. Joghurt und Knoblauch mit Gurke vermischen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Etwas Minze unterheben.

### Für die Garnitur:

1 Granatapfel

Granatapfel halbieren und Kerne herausklopfen.

Bulgur mit Hilfe eines Servierings auf Teller anrichten. Lamm aufschneiden und neben Bulgur anrichten. Salbeiblätter mit dazu geben. Mit Joghurtsauce beträufeln und etwas Petersilie und Granatapfelkernen garniert servieren.



Marcus Edelmann

## Opas Buletten 2.0 mit Wirsingrahm, Kartoffel-Sellerie-Würfeln und Sellerie-Senf-Dip

Zutaten für zwei Personen

### Für die Buletten:

300 g gemischtes Hackfleisch  
 ¼ Laugenbrötchen  
 100 ml Milch  
 1 Schalotte  
 1 Knoblauchzehe  
 2 kleine Champignons  
 1 Ei  
 ½ Bund Petersilie  
 1 TL mittelscharfer Senf  
 1 TL Tomatenmark  
 ½ TL Kümmel  
 100 g Semmelbrösel  
 50 g Butter  
 50 g Butterschmalz  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Milch in einem Topf erwärmen. Das Laugenbrötchen klein schneiden und in warmer Milch aufweichen. Schalotte und Knoblauch abziehen und klein schneiden. Champignons putzen und mit Hilfe einer Vierkantreibe klein reiben. Schalotten, Knoblauch in Champignons in einer Pfanne in Butter glasig dünsten. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Hackfleisch mit Ei, Petersilie, Senf, Tomatenmark und Kümmel würzen. Anschließend die angedünsteten Schalotten, Knoblauch und Champignons dazugeben. Das eingeweichte Laugenbrötchen ausdrücken und unter die Masse heben. Alles gut vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Masse zu Bouletten formen, in Semmelbrösel wenden und in der Pfanne bei mittlerer Hitze für 10 Minuten in Butterschmalz braten.

### Für den Wirsingrahm:

¼ Wirsing  
 75 g Bauchspeck  
 1 Schalotte  
 25 g getrocknete Cranberrys  
 300 ml Sahne  
 ½ TL Kümmel  
 Muskatnuss, zum Reiben  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Speck in einem Topf kurz anbraten und mit 75 ml Wasser aufgießen. Schalotte abziehen, fein würfeln und zu dem Speck geben. Den Wirsing in Streifen schneiden und zu dem Speck-Zwiebel-Sud geben. Mit Salz, Pfeffer, Kümmel und Muskat würzen. Sahne dazugeben und einköcheln lassen. Cranberrys am Ende dazugeben.

### Für den Sellerie-Senf-Dip:

100 g Sellerie  
 250 ml Milch  
 25 g Crème fraîche  
 50 g mittelscharfer Senf  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Sellerie schälen, klein schneiden und in einem Topf mit Milch kochen bis er weich ist. 100 ml Milch abgießen und den Sellerie pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und kaltstellen. Selleriepüree mit Crème fraîche und Senf mischen.

### Für die Kartoffel-Sellerie-Würfel:

2 Kartoffeln  
 ½ Knollensellerie  
 ½ Bund Petersilie  
 50 g Butter  
 Neutrales Öl, zum Frittieren  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln und Sellerie schälen. 1x1 cm große Würfel aus den Kartoffeln und Sellerie zuschneiden. Die Würfel in der Fritteuse ausbacken bis sie braun sind. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Butter in einer Pfanne auslassen. Kartoffel-Sellerie-Würfel dazugeben und mit Petersilie würzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.