



| Die Küchenschlacht - Leibgerichte vom 19. Januar 2009 |

Rehlendchen mit Preiselbeersauce und Wirsing-Rahm-Gemüse von Martina Schierer

Zutaten für zwei Personen

2	Rehlenden, küchenfertig
200 g	Rehknochen, in kleine Stücke gehackt
200 g	Wirsing
50 g	Speck, durchwachsen
50 g	Bauchspeck
1	Schalotte
1	Zwiebel
2 Zehen	Knoblauch
80 g	Wildpreiselbeeren
200 ml	Rotwein
150 ml	Portwein, rot
500 ml	Wildfond
100 ml	Sahne
1	Lorbeerblatt
10	Wacholderbeeren
4 Zweige	Thymian
4 EL	Rapsöl
1	Muskatnuss
	Butter, zum Anbraten
	Wild-Gewürzmischung
	Balsamicoessig, alt
	Pfeffer, schwarz
	Pfeffer, weiß, aus der Mühle
	Salz

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Die Rehlenden mit der Gewürzmischung und einer Prise Salz einreiben. Das Fleisch zusammen mit den Wacholderbeeren in Butter anbraten. Anschließend die Schnitzel aus der Pfanne nehmen und im Backofen nachziehen lassen.

Die Rehknochen in Rapsöl kräftig anbraten. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und grob schneiden. Den durchwachsenen Speck fein schneiden und zusammen mit der Zwiebel und dem Knoblauch in die Pfanne geben und mitbraten. Das Lorbeerblatt, die Preiselbeeren und den Thymian in die Pfanne geben und das Ganze abwechselnd mit Port- und Rotwein ablöschen und reduzieren lassen. 50 Milliliter Rotwein zur Seite stellen. Den Wildfond angießen und bei mittlerer Hitze weiter reduzieren lassen.

Den Wirsing in Streifen schneiden und diese in kräftig gesalzenem Wasser blanchieren. Anschließend abschrecken und in einem Tuch ausdrücken. Die Schalotte abziehen und fein schneiden. Den Bauchspeck in Würfel schneiden und zusammen mit der Schalotte in Butter glasig dünsten. Die Sahne angießen und einreduzieren.

Etwas Muskatnuss reiben. Die Wirsingstreifen in der Pfanne schwenken und mit Salz, beiden Pfeffersorten und Muskat abschmecken.

Die Sauce durch ein Sieb passieren, erneut erhitzen und mit Balsamico und Rotwein abschmecken.

Die Rehlendchen mit dem Wirsing auf Tellern anrichten, die Sauce darüber geben und servieren.



Saltimbocca alla Romana mit mediterranem Gemüse von Luigi Bertone

Zutaten für zwei Personen

2	Kalbsschnitzel, à 150 g
4 Scheiben	Parmaschinken
2 Scheiben	Gouda, mittelalt
4	Babymöhren
2	Fenchel, klein
2	Kartoffeln, klein
1	Zucchini
6	Kirschtomaten
1 Zehe	Knoblauch
500 ml	Kalbsfond
150 g	Butter
100 ml	Balsamicoessig
2 Zweige	Rosmarin
2 Zweige	Thymian
1 Zweig	Salbei
1 TL	Paprikapulver, edelsüß
	Olivenöl, zum Anbraten
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Salz

Zubereitung

Den Backofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen, halbieren und in Salzwasser bissfest garen.

Die Zucchini längs halbieren und in Stücke schneiden. Die Möhren und den Fenchel putzen und klein schneiden. Das Gemüse in gesalzenem Wasser bissfest garen und anschließend in Eiswasser abschrecken.

Die Kalbsschnitzel halbieren, leicht klopfen und beidseitig kurz in Olivenöl anbraten. Anschließend die Schnitzel aus der Pfanne nehmen, salzen, pfeffern und mit jeweils einem Salbeiblatt und einer Scheibe Parmaschinken belegen und diese feststecken.

Den Thymian und den Rosmarin zupfen. Den Knoblauch abziehen, fein schneiden und zusammen mit den Kräutern in den Bratensud geben. Die Kalbsschnitzel wieder in die Pfanne geben und bei kleiner Hitze drei Minuten braten.

Den Bratensud mit dem Kalbsfond ablöschen und reduzieren. Die Saltimbocca aus der Pfanne nehmen, in eine Auflaufform geben und mit jeweils einem Stück Käse belegen. Mit Paprikapulver bestreuen und für wenige Minuten im Backofen warm halten.

Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit 75 Gramm kalter Butter montieren. Öl und 75 Gramm Butter erhitzen und das gegarte Gemüse zusammen mit den Kartoffeln und den Kirschtomaten kurz darin schwenken. Mit Salz, Pfeffer und Balsamicoessig abschmecken.

Die Saltimbocca aus dem Backofen nehmen und zusammen mit dem Gemüse anrichten. Die Sauce darüber geben und servieren.



Hühnercurry in Kokosmilch von Sophia Sierke

Zutaten für zwei Personen

250 g	Hähnchenbrustfilet, ohne Haut
125 g	Basmatireis
2 Stangen	Zitronengras
200 ml	Kokosmilch
50 ml	Geflügelfond
1	Kaffirblatt
1	Chilischote, grün
1	Zwiebel, rot
1 Knolle	Ingwer
1 TL	Koriandersaat
1 TL	Nelken, gemahlen
1 EL	Zucker, braun
2 EL	Olivöl
1	Limette, unbehandelt
1 TL	Speisestärke
1 EL	Fischsauce
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Basmatireis in einem Topf mit kochendem Salzwasser bissfest garen.

Das Zitronengras mit einem Plattierer flach klopfen. Die Kokosmilch zusammen mit dem Fond, dem Zitronengras und dem Kaffirblatt aufkochen und circa fünf Minuten köcheln lassen. Anschließend den Sud durch ein Sieb passieren.

Den Stiel der Chilischoten entfernen und mit den Kernen grob zerschneiden. Die Zwiebel abziehen und grob würfeln. Ein kleines Stück Ingwer schälen und fein würfeln. Den Chili, die Zwiebel und den Ingwer zusammen mit der Koriandersaat, den Nelken, dem braunem Zucker und einem Esslöffel Olivenöl fein pürieren.

Zesten von der Limette reißen. Anschließend die Limette halbieren und auspressen. Die Gewürzpaste ohne Fett unter Rühren kräftig andünsten. Den Limettensaft und den Kokossud hinzugeben. Die Stärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren, mit der Sauce vermischen und kurz aufkochen lassen. Mit der Fischsauce würzen.

Das Hähnchenfleisch waschen, trocken tupfen, in zwei Zentimeter große Würfel schneiden und leicht salzen. Das restliche Öl in einer Pfanne erhitzen und die Fleischwürfel rundherum goldbraun braten. Anschließend das Fleisch in die Kokossauce geben und noch einmal kräftig aufkochen lassen. Die Limettenschale hinzugeben und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Das Hühnercurry und den Reis in separaten Schüsselchen anrichten und servieren.



Seeteufel im Parmaschinkenmantel mit Sherrysauce von Mark Bestgen

Zutaten für zwei Personen

200 g	Seeteufelfilet, ohne Haut
100 g	Heilbuttfilet
2 Scheiben	Parmaschinken
50 g	Kaiserschoten
10 g	Morcheln, getrocknet
1	Schalotte
600 ml	Sahne
50 ml	Sherry, trocken
5 EL	Butter
2 EL	Olivenöl
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Salz

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Morcheln in Wasser einweichen.

Das Heilbuttfilet klein schneiden und zusammen mit 250 Millilitern kalter Sahne pürieren.

Die Schinkenscheiben nebeneinander legen und mit der Fischfarce bestreichen. Das Seeteufelfilet waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und im Schinken einrollen.

Den Fisch anschließend in zwei gleichmäßig große Stücke schneiden. Einen Esslöffel Öl und einen Esslöffel Butter erhitzen und die Fischstücke von beiden Seiten circa drei bis vier Minuten bei mittlerer Hitze braten. Anschließend im Ofen warm stellen.

Die Kaiserschoten putzen und kurz in kochendem Salzwasser blanchieren. Einen Esslöffel Butter zerlassen und die Kaiserschoten leicht durchschwenken.

Die Schalotte abziehen und fein schneiden. Die Morcheln kurz abtropfen lassen. Einen Esslöffel Öl und einen Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen und die Morcheln zusammen mit der Schalotte anschwitzen. Anschließend mit Sherry ablöschen und wenige Minuten reduzieren lassen. Mit 250 Millilitern Sahne aufgießen und weitere fünf Minuten reduzieren.

100 Milliliter Sahne steif schlagen. Die Sauce durch ein Sieb passieren und mit zwei Esslöffeln kalter Butter montieren. Mit Pfeffer und Salz abschmecken und anschließend die geschlagene Sahne unterheben.

Die Seeteufelmedaillons zusammen mit den Kaiserschoten anrichten und die Sherrysauce darüber geben. Anschließend servieren.



Lammfilet mit Minzsauce und Spinat-Spätzle von Mirja Nill

Zutaten für zwei Personen

400 g	Lammlachs, am Stück
150 g	Spinat
150 g	Mehl
125 ml	Lammfond
125 ml	Sahne
1 Zweig	Thymian
1 Zweig	Rosmarie
1 Zweig	Minze
1 Zehe	Knoblauch
1	Ei
1 cl	Minzlikör
1 EL	Speisestärke
	Butter, zum Anbraten
	Lammgewürz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Salz

Zubereitung

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Lammlachs waschen und trocken tupfen. Mit Pfeffer und Salz würzen. Den Knoblauch abziehen und andrücken. Butter in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch von beiden Seiten zusammen mit dem Rosmarin, Thymian und Knoblauch scharf anbraten. Anschließend das Fleisch zusammen mit den Kräutern für circa 15 Minuten in den Backofen geben.

125 Millimeter Wasser, Mehl, das Ei und eine Prise Salz zu einem Spätzleteig vermischen. Den Teig solange schlagen bis er Blasen wirft. Anschließend mit dem Spinat färben.

Die Spätzle mit einer Spätzlereibe in kochendes Salzwasser geben und garen.

Die Minze zupfen und fein hacken. Die Stärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren. Den Bratensatz mit Lammfond ablöschen und kurz reduzieren lassen. Die Sauce mit Stärke binden und mit Sahne, Minzlikör, Minze, Salz und Pfeffer verfeinern. Anschließend mit kalter Butter montieren.

Butter in einer Pfanne zerlassen und die Spätzle kurz darin schwenken.

Das Lammfleisch in Tranchen schneiden und zusammen mit den Spätzlen auf Tellern anrichten. Zum Schluss die Sauce darüber geben und servieren.



Kreolischer Fisch mit scharfer Sauce von Boris Thümmel

Zutaten für zwei Personen

2	Rotbarschfilets, à 300 g
80 g	Polenta, instant
85 g	Mehl
50 g	Cheddar-Käse, dunkel
1	Gemüsezwiebel, groß
10	Kirschtomaten
1 Schote	Chili, rot
1 Zehe	Knoblauch
50 ml	Milch
1	Ei
1 EL	Currypulver, gelb
1 TL	Pimentpulver
1 EL	Sesamöl
1 TL	Backpulver
30 g	Butter
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

15 Gramm Butter, 80 Gramm Mehl, den Cheddar, Backpulver, Salz und Milch vermischen und zu einem Teig kneten. Mit der restlichen Butter vier Muffinformen einfetten und den Teig portionsweise hineingeben und circa 15 Minuten im Ofen goldbraun backen.

Einen Topf mit Wasser erhitzen, die Polenta einrühren und kurz aufkochen lassen. Anschließend mit Salz abschmecken und ziehen lassen.

Die Zwiebel und die Knoblauchzehe abziehen und in feine Streifen schneiden. Die Kirschtomaten vierteln. Die Chilischote halbieren, entkernen und fein schneiden. Die Chilistreifen und die Cherrytomaten zusammen mit den Knoblauchwürfeln und der Hälfte der Zwiebelstreifen in eine Schüssel geben und ziehen lassen.

Die Rotbarschfilets waschen, trocken tupfen und mit dem restlichen Mehl bestäuben. Den Fisch zusammen mit den restlichen Zwiebelwürfeln in Sesamöl knusprig anbraten und anschließend in mundgerechte Stücke teilen.

Die Zwiebel-Tomaten-Chili-Masse mit in die Pfanne geben und mit Salz, Pfeffer und Piment abschmecken.

Die Fischfilets und die Polenta dekorativ anrichten und zusammen mit den Scones servieren.