



| Die Küchenschlacht - Hauptgericht vom 14. Januar 2009 |

Seeteufel mit Selleriemousse und Kalbsglace von Walter Volkmann

Zutaten für zwei Personen

1	Seeteufelschwanz, à 1 kg
1 Knolle	Sellerie
2	Limetten, unbehandelt
5 Zehen	Knoblauch
200 ml	Sahne
1	Muskatnuss
150 g	Butter
4 Zweige	Rosmarin
200 ml	Ochsenschwanzfond
	Fleur de Sel
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Sellerieknolle schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Würfel circa zehn Minuten in Salzwasser weich kochen.

Etwas Muskatnuss reiben. Die Knoblauchzehen abziehen, fein hacken und zusammen mit der Sahne aufkochen lassen. Die Selleriewürfel pressen und in die Sahne geben. Anschließend zu einer Mousse pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Anschließend 20 Gramm Butter unterrühren.

Den Seeteufel filetieren und parieren. Die Limetten halbieren, pressen und den Fisch mit etwas Saft beträufeln, salzen und pfeffern.

100 Gramm Butter zusammen mit zwei Rosmarinzweigen in eine Sauteuse geben. Die Butter aufschäumen lassen und fünf Minuten ziehen lassen. Das reine Butterfett anschließend abgießen und die Rosmarinzwige entfernen.

Eine Pfanne mit der geklärten Butter erhitzen und die Fischfilets darin anbraten. Die Hitze reduzieren und weitere fünf Minuten braten lassen.

Den Ochsenschwanzfond erhitzen und mit der restlichen Butter aufmontieren.

Die Selleriemousse in die Mitte der Teller geben. Die Filets in schräge Scheiben schneiden und darauf anrichten. Mit der Bratbutter beträufeln und mit jeweils einem Rosmarinweig dekorieren. Den Ochsenschwanzfond rundherum geben und servieren.



Chinesisches Huhn der acht Kostbarkeiten von Hiltrud Ehlers

Zutaten für zwei Personen

1	Hühnerbrust, küchenfertig
150 g	Basmatireis
20 g	Reisnudeln
2	Karotten
1	Zwiebel
6	Shiitakepilze
1	Paprika, rot
150 g	Erbsen
100 g	Bambussprossen, hell
100 g	Sojakeime
1 Schote	Chili, rot
1 Knolle	Ingwer
1 Zehe	Knoblauch
200 ml	Sojasauce
150 ml	Gemüsefond
50 ml	Austernsauce
1 EL	Rübenkrautsirup
2 EL	Speisestärke
	Öl, zum Anbraten
	Zimt
	Zucker
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Basmatireis in siedendem Salzwasser garen. Die Reisnudeln fünf Minuten in siedendem Salzwasser einweichen.

Die Hühnerbrust waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Anschließend das Geflügel in 100 Millilitern Sojasauce marinieren. Die Karotten putzen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel abziehen und würfeln. Die Pilze putzen. Die Paprika halbieren, vom Strunk, Kernen und den Scheidewänden befreien und in Streifen schneiden. Ein kleines Stück Ingwer schälen und eine Messerspitze reiben. Etwas Öl im Wok erhitzen, das Gemüse darin bissfest anbraten und mit Ingwer abschmecken.

Die Chilischote halbieren, entkernen und fein würfeln. Anschließend dem Gemüse hinzufügen.

Die Speisestärke in 100 Milliliter Wasser auflösen und in die Pfanne geben. Das Ganze mit Zimt, Zucker, Sojasauce, Austernsauce und dem braunen Sirup würzen.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und das Hähnchenfleisch scharf anbraten. Anschließend in der Gemüsepfanne fertig garen lassen.

Die Glasnudeln und den Reis abgießen. Abschließend die Erbsen, Bambussprossen, Sojakeime und die Glasnudeln hinzufügen.

Den Reis auf Teller geben, die acht Köstlichkeiten daneben anrichten und servieren.



Tilapiafilet mit Steinpilztortilla von Manfred Ramp

Zutaten für zwei Personen

300 g	Tilapiafilet, küchenfertig
300 g	Kartoffeln, festkochend
50 g	Steinpilze, getrocknet
5	Eier
4	Tomaten
1	Zucchini
1	Paprika, rot
1	Paprika, grün
1	Paprika, gelb
1	Zitrone, unbehandelt
10	Oliven, in Kräutermarinade
1 TL	Kapern, eingelegt
0,5 Bund	Oregano
0,5 Bund	Thymian
3 EL	Milch
	Butter, zum Anbraten
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Die Pilze kurz in Wasser einweichen. Anschließend abgießen und den Pilzsud auffangen.

Für die Tortilla die Kartoffeln schälen, klein schneiden und mit den Pilzen in etwas Butter anbraten. Das Ganze pfeffern und salzen. Den Thymian zupfen, fein hacken und einen Teelöffel hinzufügen. Die Pilze zur Seite stellen und den Sud mit in die Pfanne geben und das Ganze circa 15 Minuten schmoren lassen.

Die Eier mit der Milch und etwas Salz und der Kartoffelmasse verquirlen. Den Teig portionsweise ohne Fett in einer kleinen, beschichteten Pfanne zu Tortillafladen backen. Diese nach drei Minuten in den Ofen geben und dort fertig garen lassen bis das Ei gestockt ist. Anschließend die Ofentemperatur auf 80 Grad reduzieren.

Die Tomaten vom Strunk befreien, kreuzweise einritzen und kurz in kochendem Wasser blanchieren. Anschließend enthäuten, vom Kerninneren befreien und würfeln. Die Oliven in dünne Scheiben schneiden und die Kapern hacken.

Die Zucchini längs halbieren, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch würfeln. Die Paprika halbieren, entkernen, von den Scheidewänden befreien und jeweils eine Hälfte würfeln. Die zweite Hälfte wird nicht benötigt.

Die Paprika und die Zucchini kurz in Olivenöl scharf anbraten. Den Thymian und den Oregano zupfen und fein hacken. Jeweils einen Esslöffel der Kräuter, die Oliven und die Tomaten in die Pfanne geben und kurz ziehen lassen. Anschließend das Gemüse aus der Pfanne nehmen und im Ofen warm stellen.

Die Zitrone halbieren. Eine Hälfte pressen und die andere für die Dekoration in Scheiben schneiden und zur Seite legen. Den Fisch waschen und trocken tupfen. Salzen, pfeffern und mit Zitronensaft beträufeln. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und den Fisch bei mittlerer Hitze von beiden Seiten braten.

Die Tortilla in Stücke schneiden und zusammen mit dem Fisch auf Tellern anrichten. Das Ganze mit der Gemüsemischung bedecken. Mit einer Zitronenspalte garnieren und servieren.



Nuss-Forelle mit Brokkolistampf und Drillingen von Charlotte Homann

Zutaten für zwei Personen

2	Forellenfilets, à 125 g, mit Haut, küchenfertig
350 g	Brokkoli
200 g	Drillinge
40 g	Haselnusskerne
1	Zitrone, unbehandelt
1	Schalotte
100 ml	Sahne
175 ml	Gemüsefond
20 ml	Noilly Prat
2 Bund	Petersilie, kraus
1 Zehe	Knoblauch
1 TL	Rotisseur Senf
4 EL	Butter
3 EL	Olivenöl
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen und in kochendem Salzwasser garen.

Einen Teelöffel Zitronenschale reiben. Die Zitrone anschließend halbieren und auspressen. Die Petersilie abzupfen und klein hacken.

Den Brokkoli von den harten Enden befreien und in kleine Röschen schneiden. Den Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden.

Den Brokkoli und den Knoblauch in zwei Esslöffeln Olivenöl andünsten. Mit Zitronenschale, Salz und Pfeffer würzen. Anschließend mit 75 Millilitern Fond ablöschen und circa acht Minuten dünsten.

Die Schalotten abziehen, in feine Würfel schneiden und in einem Esslöffel Butter glasig dünsten. Mit Noilly Prat ablöschen und einkochen lassen. Anschließend den restlichen Gemüsefond angießen und die Sauce reduzieren.

Drei Teelöffel Zitronensaft zum Brokkoli geben und das Ganze zerstampfen. Anschließend die Hälfte der gehackten Petersilie untermischen. Die Sahne zur Sauce geben und fünf Minuten köcheln lassen. Zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln darin schwenken.

Die Forellenfilets waschen, trocken tupfen und halbieren. Die restliche Butter und das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Forellenfilets von beiden Seiten circa vier Minuten braten.

Die Sauce durch ein Sieb passieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Einen Esslöffel gehackte Petersilie untermischen. Die Haselnüsse klein hacken, zu den Forellenfilets geben und mitbraten. Die Sauce aufschäumen.

Die Nussforelle zusammen mit dem Brokkolistampf und den Kartoffeln auf Tellern anrichten und die Sauce darüber geben. Die Teller mit der restlichen Petersilie bestreuen und servieren.