



| Die Küchenschlacht – Hauptgang & Dessert vom 26. März 2009 |

Rotbarbe mit Rote Bete-Kartoffel-Carpaccio von Mo Kühler

Zutaten für zwei Personen

2	Rotbarbenfilets, mit Haut, à 120 g
2	Rote Bete-Kugeln, vorgekocht
2	Kartoffeln, rot, festkochend
4 EL	Mehl
2 EL	Zucker, braun
1	Chili
1	Zwiebel, rot
4	Radieschen
1 EL	Sushi-Ingwer
1 EL	Rote Bete-Saft
1 EL	Thai Fischsauce
2 EL	Himbeeressig
1 EL	Rosenblütenwasser
	Oliveöl, zum Anbraten
	Fleur de Sel, Hibiskus
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Pfeffer, rosa aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 60 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen, in dünne Scheiben hobeln und kurz in kochendem Wasser gar kochen. Anschließend vorsichtig abgießen, die Scheiben ausdampfen lassen und bis zum Anrichten abgedeckt warm stellen.

Die Rote Bete in gleichmäßig dünne Scheiben schneiden und beiseite stellen.

Für die Salsa rosa die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Die Radieschen, die Chili und den Sushi-Ingwer ebenfalls in Würfel schneiden. Den braunen Zucker mit dem Rote Bete-Saft, der Fischsauce, einem Esslöffel Chili und dem Himbeeressig erwärmen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Kurz abkühlen lassen und danach mit einem Esslöffel Zwiebeln, zwei Esslöffel Radieschen, einem Esslöffel Ingwer und dem Rosenblütenwasser mischen.

Die Rotbarbenfilets waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen, mehlieren und in heißem Öl auf der Haut eine Minute braten. Danach wenden und auf der anderen Seite nur noch wenige Sekunden braten.

Die Teller abwechselnd mit der Rote Bete und den Kartoffelscheiben belegen. Mit der Salsa Rosa beträufeln, die Rotbarbe aufsetzen und das Ganze servieren.



Limettentörtchen mit Korianderpesto von Mo Kühler

Zutaten für zwei Personen

125 g	Mascarpone
2 EL	Zitronenlikör
1 EL	Limettensirup
3 EL	Butter
12	Butterkekse
1	Ei
2 EL	Zucker
2	Limetten, unbehandelt
1 Bund	Koriander
20 g	Cashewkerne
10 g	Ingwer, kandiert
2 Zweige	Minze, frisch

Zubereitung

Die Butterkekse in einen Gefrierbeutel geben und mit einem Nudelholz zerbröseln.

Die Butter in einer Pfanne zerlassen und mit den Keksbröseln vermengen.

Die Limetten halbieren, eine Scheibe abschneiden und den Rest auspressen. Das Ei trennen. Aus der Mascarpone, dem Eigelb, dem Zucker, dem Limettensaft und dem Zitronenlikör eine glatte Creme anrühren.

Dessertringe auf ein Resopalbrettchen stellen und zunächst die Keksmasse einfüllen. Mit einem Löffel flach drücken und anschließend die Mascarponecreme einfüllen. Auch diese glatt streichen, mit der Limettenscheibe belegen und bis zum Servieren ins Kühlfach stellen.

Den Koriander grob zupfen und mit den Cashewkerne, dem Ingwer und dem Limettensirup pürieren. Ebenfalls kühl stellen.

Die Dessertringe entfernen und je ein Törtchen mit dem Korianderpesto auf Tellern anrichten. Mit je einem Zweig Minze dekorieren und servieren.



Thunfischsteak mit roten Linsen von Jana Carneim

Zutaten für zwei Personen

2	Thunfischsteaks, à 120 g
75 g	Linsen, rot
1	Limette, unbehandelt
1	Zucchini
1	Paprika, rot
2 Stangen	Lauch
0,5 Bund	Petersilie
100 g	Crème fraîche
2 EL	Olivenöl
250 ml	Gemüsefond
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Thunfischsteaks waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Limette halbieren, den Saft auspressen und die Steaks damit beträufeln. Das Ganze etwas ziehen lassen.

Die Zucchini sehr fein würfeln. Die Paprika halbieren, von den Samenkernen und den Scheidewänden befreien und in Würfel schneiden. Den Lauch in Röllchen schneiden.

Einen Esslöffel Olivenöl erhitzen und die Zucchini- und Paprikawürfel mit den Lauchröllchen darin dünsten. Die Linsen hinzufügen und kurz mitdünsten. Den Gemüsefond angießen und das Ganze zehn Minuten köcheln lassen. Abschließend das Linsengemüse mit der Crème fraîche binden und mit Salz und Pfeffer verfeinern.

Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Thunfischsteaks darin von beiden Seite je drei Minuten bei starker Hitze braten.

Die Petersilie fein hacken und unter das Linsengemüse mischen.

Den Thunfisch mit dem Linsengemüse auf Tellern anrichten und servieren.



Pflaumen mit Vanillecreme und Mandeln von Jana Carneim

Zutaten für zwei Personen

2	Pflaumen, reif
1 EL	Butter
1 EL	Honig
50 ml	Crème fraîche
0,5 TL	Zimt
1 EL	Mandelblätter
1 Schote	Vanille
1 TL	Zucker
2 Zweige	Lavendel

Zubereitung

Den Backofen auf 230 Grad Grillstufe vorheizen.

Die Pflaumen halbieren und entsteinen. Die Butter, den Honig und den Zimt miteinander vermischen und leicht erwärmen, bis der Mix flüssig ist. Anschließend die Früchte damit rundum einpinseln. Die Früchte für wenige Minuten in den Ofen geben und von beiden Seiten direkt auf dem Rost grillen.

Die Mandelblätter in eine Aluschale geben und ebenfalls auf dem Grill rösten.

Die Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herauskratzen. Nun die Crème fraîche mit dem Vanillemark und dem Zucker verrühren. Bis zum Servieren kühl stellen.

Die Früchte auf Tellern anrichten, einen Klecks Vanillecreme dazugeben, das Ganze mit den Mandeln bestreuen und mit den Lavendelzweigen garniert servieren.



Ochsenfilet mit Gemüse Couscous und Balsamicokirschen von Eveline Heinke

Zutaten für zwei Personen

2	Ochsenfilets, à 160 g
60 g	Couscous, Instant
1	Zucchini
1	Staudensellerie
1	Paprika, rot
1	Paprika, gelb
10	Kirschen, süß, entkernt
10 g	Tomaten, getrocknet
10 g	Butter
50 ml	Rotwein, trocken
50 ml	Kirschsafte
100 ml	Hühnerfond
10 ml	Balsamicoessig
1 EL	Kokosöl, nativ
30 g	Zucker
1 Msp.	Speisestärke
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Die Ochsenfilets waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend im Kokosöl rundum scharf anbraten und auf kleiner Stufe rosa braten. Danach warm stellen und ruhen lassen.

Die Zucchini und die Tomaten in feine Würfel schneiden. Die Paprika halbieren, von den Samenkernen und den Scheidewänden befreien und ebenfalls fein würfeln. Den Staudensellerie in feine Ringe schneiden. Jeweils zwei Esslöffel Zucchini, Paprika und Staudensellerie mit den Tomaten in der Butter dünsten, anschließend das Couscous hinzugeben und mit anschwitzen. Mit dem Hühnerfond auffüllen und sieben Minuten zugedeckt ziehen lassen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Balsamicokirschen den Zucker karamellisieren und anschließend mit dem Rotwein, der Hälfte des Kirschsafte und dem Balsamicoessig ablöschen und aufkochen. Die Speisestärke in dem restlichen Kirschsafte auflösen und in die Sauce hineinrühren. Das Ganze abschließend zur Hälfte reduzieren und anschließend die Kirschen darin erwärmen.

Den Couscous mit dem Ochsenfilet auf Tellern anrichten, die Kirschen seitlich platzieren und das Ganze servieren.



Verschleiertes Bauernmädchen von Eveline Heinke

Zutaten für zwei Personen

3 Scheiben	Graubrot, vom Vortag
70 g	Schokolade, 50% Kakao
1 Päckchen	Bourbonvanillezucker
25 g	Zucker
1 EL	Johannisbeergelee
200 ml	Sahne
30 ml	Cassislikör
30 ml	Eierlikör

Zubereitung

Die Schokolade sowie das Graubrot reiben. Anschließend beides mit dem Zucker und dem Vanillezucker vermengen.

Die Sahne schlagen.

Nun ein paar Esslöffel der Mischung in Glasschälchen geben und eine Schicht Sahne darauf verteilen. Diesen Vorgang fortsetzen und mit der Sahne abschließen.

Den Cassislikör sowie den Eierlikör mit einer Spritzkanüle an den Sahnerand geben. Das Ganze mit dem Johannisbeergelee dekorieren und servieren.