

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 16. Januar 2019** ▪
"3 Zutaten – 1 Gericht" mit Mario Kotaska



Karin Kraml

Rehfilet mit kandierter Steckrübe, Rotkohl, krossem Speck und Creme-Polenta mit Bergkäse

Zutaten für zwei Personen

Für die kandierte Steckrübe:

1 Steckrübe
 250 ml naturtrüber Apfelsaft
 175 ml weißer Verjus
 1 Sternanis
 2 EL Zucker

Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Steckrübe schälen, in dünne Scheiben schneiden und würfeln. Apfelsaft und Verjus mit Sternanis und Zucker in einem Topf aufkochen lassen, Steckrübe dazugeben und schwach kochend einreduzieren.

Für das Rotkraut:

¼ Kopf Rotkraut
 250 ml Johannisbeersaft
 1 Orange
 2 EL Honig
 1 EL Butter
 1 EL Mehl
 1 TL Zimt
 1 TL Kardamom
 1 TL Piment

Orange halbieren, Saft auspressen und auffangen. Johannisbeersaft und Orangensaft in einem Topf im Verhältnis 2:1 aufkochen lassen. Honig dazugeben. Piment, Zimt und Kardamom einrühren. Rotkraut kleinschneiden und für ca. 10 Minuten mitköcheln lassen. Abseihen, Flüssigkeit zurück auf den Herd und bei mittlerer Hitze köcheln. Butter und Mehl mit einer Gabel zerdrücken. Mehlbutter in kleinen Mengen mit dem Schneebesen in die Sauce einrühren.

Für den Rehrücken:

2 Rehfilet à 150 g
 100 g Semmelbrösel
 ½ Bund Thymian
 Olivenöl, zum Braten
 6 Wacholderbeeren
 1 TL Kurkuma
 1 TL Piment
 1 TL Kardamom
 Chilifäden, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Filet salzen und pfeffern. Wacholderbeeren im Mörser zerstoßen.

Thymian abbrausen und trockenwedeln. In Olivenöl, Wacholder und der Hälfte Thymian marinieren.

Brösel mit Kurkuma, Piment, Kardamom und Chilifäden vermengen. Filet darin wälzen.

Öl erhitzen und restliche Thymianzweige dazugeben. Filet in einer Pfanne kurz anbraten.

Für 6 Minuten in den Backofen geben und mit Salz und Pfeffer bestreuen.

Anschließend in Alufolie wickeln und 4-5 Minuten ruhen lassen.

Für Knuspriger Speck:

4 Scheiben geräucherter Bauchspeck

Speck in einer Pfanne knusprig braten.

Für die Creme-Polenta mit Bergkäse:

100 g feine Instantpolenta
 100 g Bergkäse
 250 ml Hühnerfond
 100 ml Sahne
 100 ml Crème fraîche
 Salz & Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Hühnerfond mit Sahne in einem Topf erhitzen. Polenta mit einem Schneebesen einrühren. Bevor Konsistenz zu fest ist, vom Herd nehmen. Bergkäse reiben, dazugeben, Crème fraîche einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Markus Schulte-Lünzum

Steckerrüben-Risotto mit Lachs im Speckmantel

Zutaten für zwei Personen

Für das Steckerrüben-Risotto:

125 g Risottoreis
 250 g Steckerrübe
 1 Lauchzwiebel
 1 Zehe Knoblauch
 400 ml Gemüfefond
 100 g Parmesan
 100 g Speckwürfel
 100 g Butter
 Olivenöl
 Chiliflocken, aus der Mühle
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Reis in einem Sieb abbrausen und gut abtropfen lassen. Steckerrüben schälen, abspülen und würfeln. Lauchzwiebel und Knoblauch abziehen und beides fein hacken. In einem Topf das Olivenöl erhitzen und die Steckerrübenwürfel mit den Zwiebeln und dem Knoblauch darin etwa 3 Minuten anschwitzen. Dann den Reis zugeben und kurz mitdünsten. Anschließend mit etwas Gemüfefond bedecken und mit etwas Salz, Pfeffer sowie einigen Chiliflocken würzen und unter regelmäßigem Rühren etwa 25 Minuten garen. Dabei nach und nach den restlichen Gemüfefond angießen und immer wieder vom Reis aufnehmen lassen. Parmesan reiben. Zum Schluss die Butter und Parmesan untermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Speckwürfel in der Pfanne anbraten, mit etwas Honig abschmecken und als Topping auf das Risotto geben.

Für den Lachs im Speckmantel:

2 Lachsfilets à 150 g (ohne Haut)
 50 g Scheiben ger. Bauchspeck
 50 g Waldhonig
 100 g Semmelbrösel
 1 TL Tafelsenf
 4 Zweige Dill
 200 ml Sahne
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Lachs waschen, trockentupfen und in daumendicke Streifen schneiden.

Dill abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Aus Senf, Semmelbröseln, Waldhonig und Dill eine Masse rühren und den Lachs darin wenden. Anschließend nochmal in Semmelbröseln wenden und mit Speck umwickeln. Auf Nahtseite in einer Pfanne anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken.

Aus den Resten der Senfkruste in einer Pfanne eine Sauce einkochen. Sahne dazugeben. Mit Dill, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Melanie Vittur

Hirschmedaillons mit Preiselbeer-Butter, Speckchip, Steckerüben-Pommes und karamellisierten Apfelspalten

Zutaten für zwei Personen

Für die Hirschmedaillons:

2 Hirschmedaillons à 200 g
10 g Wacholderbeeren
3 Zweige Thymian
200 ml Rotwein
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen und ein Backblech mit Folie auslegen und leicht einfetten.

Wacholderbeeren in einem Mörser anstoßen. Thymian abrausen und trockenwedeln. Hirschmedaillons etwas anklopfen und mit Salz, Pfeffer, Wacholderbeeren, Thymian sowie Olivenöl marinieren. Bratpfanne heiß werden lassen und die Medaillons in etwas Olivenöl ca. 2 Minuten pro Seite bei starker Hitze anbraten. Hirschmedaillons aus der Pfanne nehmen und etwas ruhen lassen. Mit Rotwein die Restaromen die sich in der Bratpfanne gebildet haben löschen und einkochen lassen.

Für die Preiselbeer-Butter:

70 g Butter
3-4 EL Preiselbeeren
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Nun die Butter und die Preiselbeeren in die Pfanne zufügen und etwas köcheln lassen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Für die Speckchips:

8 Scheiben geräucherter Bauchspeck
2 EL Butter

Speckscheiben in einer Pfanne mit etwas Butter beidseitig anbraten. Speck anschließend auf Küchenpapier trockentupfen und diese nochmals im Ofen bei 200 Grad Umluft ca. 4 Minuten weitergaren lassen damit sie schön knusprig werden.

Für die Apfel-Honigspalten:

2 Äpfel
2-3 EL Honig
3 Zweige Thymian

Äpfel waschen, vierteln und Gehäuse entfernen. Die gewonnenen Apfelspalten dann in ca. ½ cm dicke zu Scheiben schneiden. Eine beschichtete Pfanne erhitzen, Honig beigeben und etwas erwärmen. Apfelscheiben darin etwas anbraten lassen. Mit frischem Thymian verfeinern.

Für die Steckerüben-Pommes:

700 g Steckerüben
20 g Parmesan
1 EL Pflanzenöl
1 TL Knoblauch Granulat
1 TL Paprikapulver
1 TL Zwiebel Granulat

Steckerüben schälen und in kleine Stifte schneiden. In eine große Schüssel geben, mit Pflanzenöl beträufeln und vermischen. Parmesan, Knoblauch Granulat, Paprika und Zwiebelgranulat in einen großen Gefrierbeutel geben und schütteln. Dann die eingeölten Steckerübenpommes dazugeben und nochmals gut schütteln, bis die Pommes gut gewürzt sind. Auf dem vorbereiteten Backblech ausbreiten. Im vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten backen, bis sie außen knusprig und innen weich sind.

Für die Garnitur:

20 g getrocknete Cranberrys
4 Apfelchips
4 Zweige gemischte Kräuter
Salzflocken

Hirschmedaillons auf dem Teller platzieren und mit Salzflocken bestreuen. Speckchips zufügen. Pommes und Apfelhonigspalten nach Geschmack auf dem Teller beifügen und nun das Wildgericht mit Apfelchips, getrocknete Cranberries sowie frische Kräutern dekorieren.

Das Gericht servieren.



Joe Walsh

Karamellierte Hähnchenbrust mit Portwein-Jus, Steckrüben-Püree und Speckstreifen

Zutaten für zwei Personen

Für die Hähnchenbrust:

2 Hähnchenbrustfilets à 150 g
1 Zwiebel
2 EL Honig
1 EL dunkler Balsamico Essig
200 ml Portwein
1 Orange
1 Zweig Thymian
Neutrales Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Hähnchenbrustfilets waschen und trockentupfen. Zwiebel abziehen und kleinschneiden. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Hähnchen, Thymian und Zwiebel in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Hähnchenbrust mit Honig einpinseln und in der Pfanne karamellisieren lassen. Orange halbieren, Saft auspressen und auffangen. Pfanne mit Orangensaft, Portwein und Essig ablöschen und einkochen lassen.

Für das Püree:

1 Steckrübe ca. 400 g
200 g mehligkochende Kartoffeln
425 ml Gemüsefond
50 g Butter
50 ml Milch
50 ml Sahne
2 EL Olivenöl
1 Muskatnuss
4 Zweige krause Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Kartoffeln waschen, schälen und darin kochen. Steckrübe putzen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Pfanne erhitzen und Steckrüben-Würfel mit Öl anbraten. Gemüsefond, Milch, Sahne dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und 15 Minuten köcheln. Mit Muskatnuss abschmecken und einige Butterflocken dazugeben. Kartoffeln hinzugeben. Alles stampfen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken und untermischen.

Für die Speckstreifen:

6 Scheiben geräucherter Bauchspeck

Speckscheiben in der Pfanne kross ausbraten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.