

▪ Die Kitchenschlacht – Menü am 22. April 2020 ▪
Warenkorb „Auberginen, Crème fraîche, Chili“ mit Mario Kotaska



Björn Freitag

Auberginen-Paprika-Türmchen mit Chili-Öl, Kerbel-Crème-fraîche und Staudensellerie-Sticks

Zutaten für zwei Personen

Für das Türmchen:

50 g Couscous
1 Aubergine
3 Shiitake
2 rote Paprika
1 rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
½ Limette
120 ml Gemüsefond
¼ TL Ras el Hanout
3 EL Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Aubergine waschen, trocknen und in Würfel schneiden. Paprika waschen, trockentupfen, sorgfältig schälen, vom Kerngehäuse und Scheidewänden befreien und in Rauten schneiden. Schalen beiseitelegen und aufheben. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln.

Auberginen mit Paprika in einem Topf mit etwas Olivenöl scharf anbraten. Zwiebeln und Knoblauch in den Topf geben, mit anbraten und die Hitze reduzieren. Shiitake putzen, fein würfeln und mit etwas Ras el Hanout auch in den Topf geben. Salzen und pfeffern.

Für den Couscous in einem weiteren Topf Fond erhitzen. Limette halbieren und auspressen. Couscous in einer Schüssel mit dem Fond aufgießen und etwas Limettensaft und Olivenöl dazugeben.

Gemüse mit dem Couscous vermengen und in einem Ring anrichten.

Für das Öl:

1 rote Chilischote
50 ml Olivenöl
Grobes Meersalz, zum Würzen

Chili waschen, trockentupfen, grob mit den Kernen hacken und mit Öl, etwas Salz und den Paprikaschalen (von oben) in einem Mörser kräftig für 2 Minuten stoßen. Öl durch ein feines Sieb passieren.



**PROFI
TIPP**

Die Paprikaschalen gibt man zum Öl, damit dieses eine schöne rote Farbe bekommt. Wenn man die Paprika dann weiter verarbeitet, ist sie ohne Schale auch leichter zu verdauen.

Für die Sticks:

½ Staudensellerie
1 Limette
40 ml Olivenöl
4 Zweige glatte Petersilie
1 Prise grobes Meersalz

Staudensellerie putzen, Strunk entfernen, in Stücke zerteilen, waschen und die Fäden sorgfältig vom Sellerie lösen. Wasser im Dampfgarer erhitzen. Limette halbieren und auspressen. Staudensellerie mit Olivenöl, Limettensaft und etwas Salz in einen Vakuumbutel geben, fest verschließen und etwa 10 Minuten im heißen Dampf garen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Sellerie aus dem Beutel nehmen und mit der gehackten Petersilie vermengen.

Für die Creme:

70 g Crème fraîche
½ Bund Kerbel
Salz, aus der Mühle

Kerbel waschen, trockenschleudern und ganz fein hacken. Kerbel mit Crème fraîche verrühren und mit etwas Salz würzen.

Für die Garnitur:

1 Avocado
½ rote Zwiebel
2 Zweige glatte Petersilie
2 EL Stärke

Öl in einem kleinen Topf auf ca. 170 Grad erhitzen.

Mehl und Stärke mit 75 ml eiskaltem Wasser mit einem Schneebesen zu einem glatten, flüssigen Tempura-Teig verrühren.

Avocado halbieren, Kern entfernen, mit einem Löffel das Fruchtfleisch herauslösen und dieses in Spalten schneiden. Zwiebel abziehen,

2 EL Mehl halbieren und in grobe Streifen schneiden.
300 ml neutrales Pflanzenöl, zum Avocado und Zwiebelstücke auf Holzspießen aufspießen, durch den
Frittieren Tempurateig ziehen und im heißen Fett ca. 1 ½ Minuten kross
Salz, aus der Mühle ausbacken. Tempuragemüse mit Salz würzen.

Die Creme zum Auberginen-Paprika-Türmchen geben. Die Selleriesticks überkreuz auf dem Teller anrichten, mit Chili-Öl übergießen und mit dem Tempura-Gemüse und etwas Petersilie garniert servieren.



Cornelia Poletto

Gegrillte Auberginen-Röllchen mit Couscous und Avocado-Dip

Zutaten für zwei Personen

Für die Auberginen-Röllchen:

1 Aubergine
1 Zucchini
Ras el Hanout, zum Würzen
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 230 Grad Grillfunktion vorheizen.

Aubergine und Zucchini waschen, trockentupfen, Strunk entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Olivenöl in einer Grillpfanne erhitzen und die Auberginen- und Zucchinischeiben anbraten. Mit Ras el Hanout, Salz und Pfeffer würzen.

Für den Couscous:

100 g Couscous
1 rote Paprikaschote
1 gelbe Paprikaschote
1 rote Chilischote
Koriandersamen, zum Würzen
Ras el Hanout, zum Würzen
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Paprika halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Auf ein mit Alufolie ausgelegtes Backblech legen. Bei 230 Grad Grillfunktion schwärzen. Aus dem Ofen nehmen und mit einem feuchten Küchenhandtuch bedecken. Haut abziehen und Paprika in feine Würfel schneiden. Einige Würfel beiseitelegen.

Couscous kalt abrausen, abtropfen lassen und in Olivenöl anrösten. Salzen. Chili der Länge nach aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und zum Couscous geben. Mit Ras el Hanout und Koriandersamen abschmecken. Paprikawürfel hinzugeben. Erneut mit Gewürzen abschmecken.

Couscous-Paprika-Mischung auf die Auberginenscheiben legen und gleichmäßig einrollen.



Wenn Sie die Paprika im Ofen schwarz werden lassen, bedecken Sie die Paprika anschließend mit einem feuchten Küchenhandtuch. Dadurch lässt sich die Haut besser abziehen.

Für den Avocado-Dip:

1 Avocado
1 Knoblauchzehe
1 Limette
2 EL Crème fraîche
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Avocado halbieren, Stein entfernen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel herauslösen. Limette halbieren und Saft auspressen. Knoblauch abziehen und hacken. Avocado mit Crème fraîche, Limettensaft und Knoblauch fein pürieren. Dip mit Salz und Pfeffer abschmecken. In einen Spritzbeutel geben und gleichmäßig auf den Tellern portionieren.

Für die Garnitur:

Einige Chilifäden
1 Zweig glatte Petersilie

Petersilie abrausen, trockenwedeln und Blättchen abzupfen. Gericht mit Chilifäden und Petersilie garnieren.

Einen Anrichtering auf einem Teller platzieren. Den Rand mit Zucchinischeiben auskleiden. Etwas Couscous hineinfüllen, die beiseitegelegten Paprikastücke darauf platzieren und schließlich die Röllchen obendrauf legen. Avocado-Dip auf Teller geben, alles mit Chilifäden und Petersilie garniert servieren.



Christoph Rüffer

Auberginen-Avocado-Burger mit Chili-Crème-fraîche

Zutaten für zwei Personen

- Für die Aubergine:** 1 Aubergine
1 Orange
Olivenöl, zum Braten
Ras el Hanout, zum Würzen
Salz, aus der Mühle
- Für die Paprika:** 1 gelbe Paprika
1 rote Paprika
1 Orange
50 ml Balsamicoessig
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
- Für die Chili-Crème-fraîche:** 1 Frühlingszwiebel
2 rote Chilischoten
200 ml Crème fraîche
Salz, aus der Mühle
- Für die Pilze und Avocado:** 3 Shiitake
1 reife Avocado
50 ml Balsamicoessig
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
- Für die Garnitur:** 1 Orange
1 Limette
1 Zweig krause Petersilie

Die Aubergine waschen, trockentupfen und eine Hälfte in Scheiben schneiden. Das Innere der anderen Hälfte in Würfel schneiden. Scheiben in Streifen schneiden und in einer Grillpfanne in Olivenöl grillen. Mit Hilfe eines Servierrings rund ausstechen.

Orange waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Inneres der Aubergine in Olivenöl anschwitzen, mit Salz, Orangenabrieb und Ras el Hanout würzen. Orange halbieren und Saft auspressen. Aubergine mit Orangensaft ablöschen und pürieren.

Paprika schälen, entkernen, von Scheidewänden befreien, in feine Streifen und dann in kleine Würfel schneiden. Diese in Olivenöl anbraten. Mit Salz würzen und mit Balsamico ablöschen. Orange halbieren, Saft auspressen und Orangensaft zur Paprika geben.

Chilischoten klein schneiden. Für die Schärfe die Chilis nicht entkernen. Frühlingszwiebel putzen, vom Strunk befreien und in feine Ringe schneiden. Crème fraîche mit Frühlingszwiebeln, Chili und Salz vermengen.

Shiitake putzen, Köpfe kreuzförmig einritzen und in Öl braten. Mit etwas Essig abschmecken. Avocado schälen, die Hälfte in Scheiben schneiden, die Enden in Öl einlegen und in einer Grillpfanne grillen. Als „Burgerbrötchen“ verwenden. Mit Salz würzen. Andere Avocado-Hälfte hauchfein schneiden und beim Anrichten auf das Auberginenpüree setzen.

Orange und Limette waschen, trockentupfen und Schalen abreiben. Petersilie abbrausen und trockenwedeln.

Eine Avocado-Scheibe im Servierring unten anrichten, erst gebratene Auberginen, dann das Auberginenpüree darauf geben. Mit zweiter Avocado-Scheibe belegen und mit Crème fraîche garnieren. Paprika-Würfel drumherum geben. Zusätzlich etwas Auberginenpüree auf den Teller drapieren. Mit Limetten- und Orangenabrieb und Petersilie garniert servieren.

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 22. April 2020 ▪
Zusatzgericht von Mario Kotaska



Mario Kotaska

Auberginen-Piccata mit Zucchini-Nudeln und Guacamole

Zutaten für zwei Personen

Für die Auberginen-Piccata:

1 Aubergine
2 Eier
50 g Parmesan
1 Prise Zucker
Mehl, zum Mehlieren
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Aubergine waschen, trockentupfen und in Scheiben schneiden. Scheiben mit Salz, Pfeffer und Zucker marinieren. Ziehen lassen, dann überschüssiges Wasser mit Küchenpapier abtupfen. Scheiben in Olivenöl von beiden Seiten scharf anbraten.

Für die „Mailänder Panierung“ Parmesan in eine Schale reiben und Eier dazugeben. Mit einem Mixer pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Falls die Masse zu flüssig ist, einfach noch mehr geriebenen Parmesan dazugeben.

Auberginenscheiben mehlieren und durch die Ei-Käse-Masse ziehen. In einer Pfanne mit Olivenöl braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Zucchini-Nudeln:

1 Zucchini
1 rote Paprikaschote
1 Prise Zucker
Ras el Hanout, zum Würzen
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zucchini waschen, trockentupfen, vom Strunk befreien und schälen. Zucchini mit dem Sparschäler in dünne Streifen schälen. Mit Zucker, Ras el Hanout, Pfeffer und Salz würzen und in einer Pfanne ziehen lassen. Paprika schälen, der Länge nach halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein würfeln. Paprika und Olivenöl zur Zucchini geben und alles leicht anschwitzen. Mit Salz und Ras el Hanout abschmecken.

Für die Guacamole:

1 Avocado
1 rote Chilischote
½ Limette
50 g Crème fraîche
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Chilischote der Länge nach aufschneiden und von Scheidewänden und Kernen befreien. Fein hacken. Avocado halbieren, den Stein entfernen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel herauslösen. Avocado mit Chili, Crème fraîche, Salz und Pfeffer fein mixen. Limette halbieren, auspressen und Guacamole-Dip mit Limettensaft abschmecken.



Um die Schärfe der Chili zu erörtern, schneidet man die Schote der Länge nach auf und reibt einmal mit dem Finger über die Schnittfläche und anschließend mit diesem Finger einmal über seine Zunge. Etwas warten und dann sollte man spüren, wie scharf die Schote wirklich ist!

Zucchini-Nudeln mit Hilfe einer Gabel aufdrehen und längs auf Tellern anrichten. Auberginen-Piccata draufgeben und Guacamole-Dip in einem Schälchen daneben anrichten und servieren.