

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 06. November 2020 ▪
Finalgericht von Nelson Müller



**Maispouardenbrust mit Kürbis-Quinoa,
Granatapfelsirup, Geflügeljus und gerösteten Walnüssen**

Zutaten für zwei Personen

Für die Maispoularde:

4 Maispouardenbrüste, mit Haut
2 Zweige Zitronenthymian
Butterschmalz, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Frisch gemahlener Pfeffer

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Pouardenbrüste waschen, trockentupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Hautseite im Butterschmalz so lange braten, bis sie knusprig sind. Zitronenthymian abbrausen, trockenwedeln und das Fleisch damit belegen. Im heißen Ofen bis auf eine Kerntemperatur von 60 Grad fertig garen.

Für den Kürbis-Quinoa:

3 Tassen Quinoa
3 Möhren
1 kg Hokkaido
3 große Schalotten
3 Knoblauchzehen
1 Stange Lauch
1 Chilischote
1 Dose geschälte Tomaten
50 ml Orangensaft
150 ml Gemüsefond
2 Zweige glatte Petersilie
1 Lorbeerblatt
2 Msp. gemahlener Anis
Neutrales Öl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle

Schalotten und Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden.

Möhren, Kürbis und Lauch schälen bzw. putzen, vom Strunk befreien und ebenfalls fein würfeln. Chilischote waschen, trockentupfen, der Länge nach halbieren, entkernen und ohne Stilansatz fein würfeln.

Quinoa waschen und in einem Sieb abtropfen lassen.

Lorbeerblatt abzupfen. Schalotten, Knoblauch, Möhren, Kürbis, Lauch und Chili in Öl anschwitzen und Anis und Lorbeerblatt dazugeben. Mit Orangensaft und Fond ablöschen.

Quinoa dazugeben und 15-20 Minuten bei geringer Hitze kochen.

Dosentomaten fein hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen, fein hacken und kurz vor Ende der Garzeit mit den Tomaten dazugeben. Das Ganze mit Salz abschmecken. Vor dem Servieren das Lorbeerblatt entfernen.

Für den Sirup:

1 Granatapfel
100 ml Granatapfelsirup
Stärke, zum Binden

Granatapfel halbieren und die Kerne aus der Schale lösen. Kerne zum Sirup geben und ggfs. mit etwas Stärke binden.

Für die Jus:

200 ml kräftige Geflügeljus
100 ml Portwein
100 ml Rotwein
Stärke, zum Binden
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rotwein und Portwein erhitzen und reduzieren lassen. Jus dazugeben und auf die Hälfte reduzieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und wenn nötig, leicht mit Stärke binden.

Für die Walnüsse:

20 g Walnüsse
1 EL Walnussöl
Etwas brauner Zucker

Walnüsse grob hacken und in etwas Walnussöl leicht anrösten. Je nach Geschmack mit Zucker karamellisieren.

Kürbis-Quinoa seitlich auf Teller setzen, die Poulardenbrust auf der Geflügeljus daneben anrichten und mit dem Granatapfelsirup beträufeln. Das Gericht mit Walnusskernen bestreut servieren.

Zusatzzutaten von Johannes: *Curry und Ingwer gab Johannes zum Kürbis-Quinoa, nachdem er das Gemüse angeschwitzt hatte. Er löschte das Gemüse mit Weißwein ab.*
Curry, trockener Weißwein, Ingwer

Zusatzzutaten von Bisrat: *Bisrat gab Zitronenabrieb und Muskat ins Kürbis-Quinoa. Mit dem Honig karamellisierte sie ihre Walnüsse.*
Muskatnuss, Zitrone, Honig

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 06. November 2020 ▪
Zusatzgericht von Nelson Müller



Oma Africas Club Sandwich: Schwarzbrot mit Maispoularde, Mango, Chili-Guacamole, Chesterkäse und Kresse

Zutaten für zwei Personen

Für die Guacamole:

1 Avocado
1 Tomate
1 Limette
1 Chilischote
2 EL saure Sahne
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Heißluft vorheizen.

Die Avocado zerteilen und das Fruchtfleisch herauslösen und pürieren. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Avocado-Fruchtfleisch mit Limettensaft, Salz, Zucker und Pfeffer würzen. Tomate enthäuten, in Würfel schneiden und mit der sauren Sahne dazugeben. Am Ende die Chilischote der Länge nach halbieren, von Kernen befreien und ca. 1/3 der Schote in sehr feine Würfel schneiden und unter die Creme geben.

Für das Sandwich:

2 Schwarzbrote
1 Maispoulardenbrust
4 Schreiben Bacon
1 Eisbergsalat
1 Mango
2 Scheiben Chesterkäse
1 Schale Kresse
Butter, zum Braten
Neutrales Öl, zum Braten

Maispoularde waschen, trockentupfen, salzen, pfeffern und in der Pfanne von beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend im Ofen fertig garen.

Danach kurz ruhen lassen und aufschneiden.

Bacon in Butter und Öl krossbraten.

Eisbergsalat putzen, einige Blätter abzupfen, waschen und trockentupfen.

Für das Sandwich die Mango in Scheiben schneiden und kurz in Öl oder Butter anbraten. Das Brot mit Butter bestreichen, kurz anrösten und ein bis zwei Löffel der Avocado-Creme (von oben) darauf geben. Ein bis zwei Blätter Eisbergsalat sowie die Mango-Scheiben rauflegen, danach die Poularde, den Bacon und den Käse auf das Brot schichten. Abschließend nochmals Creme und Kresse auf das Brot geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.