

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 1. Dezember 2020** ▪  
**Jahresfinale ▪ "Gegensätze" mit Johann Lafer**



**Carina Mayer-Pendl**

**hell & dunkel: Loup de mer mit Rote-Bete-Variation,  
 Meerrettich-Creme und Selleriepüree**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Meerrettich-Creme:**

5 cm frischer Meerrettich  
 1 Apfel, Boskoop  
 1 Zitrone  
 200 g Crème fraîche  
 Fleur de Sel Flocken

Den Meerrettich schälen und mit einer Reibe fein hobeln. Die Hälfte des Apfels entkernen und schälen und mit der Reibe fein reiben. Meerrettich, Apfel und Crème fraîche verrühren und mit Fleur de Sel, Zitronenabrieb und ggf. einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. In einen Spritzbeutel zum Anrichten geben.

**Für den Fisch:**

2 Filets vom Loup de mer, küchenfertig  
 filetiert und ohne Gräten, mit Haut  
 1 Limette  
 1 Zweig Thymian  
 1 Zweig Rosmarin  
 1 EL Mehl  
 2 EL Butter  
 Neutrales Öl, zum Braten  
 Fleur de Sel Flocken  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Pfanne heiß werden lassen und neutrales Öl hineingeben. Fischfilet mit Mehl auf der Hautseite mehlieren und mit etwas Pfeffer würzen. Rosmarin und Thymian in die Pfanne geben und Fisch hinzufügen. Mit einem schweren Topf bedecken, sodass die Hautseite den Pfannenboden durchgehend berührt.

Langsam anbraten, danach Butter hinzugeben, den Topf wegnehmen und mit einem Löffel die Butter über den Fisch träufeln.

Zum Anrichten den Fisch mit Fleur de Sel und Limettenabrieb abschmecken.

**Für die gepickelte Rote Bete:**

2 Knollen Ringelbeete  
 175 ml Orangenessig  
 50 g Zucker  
 5 g Salz

Bete schälen und in 1mm feine Scheiben hobeln. Jeweils 5-8 Scheiben übereinanderlegen und mit einem passenden Kreisausstecher in Form bringen. Orangenessig, 100 ml Wasser, Salz und Zucker in einem Topf aufkochen lassen. Danach den Topf vom Herd ziehen und die Rote Bete Scheiben in den Topf geben und mindestens 20 Minuten ziehen lassen.

Zum Anrichten jeden Bete-Kreis mit dem Messer bis zur Hälfte einschneiden und um den Finger zu einem Trichter rollen. In jedes Hörnchen einen Tupfen Meerrettich-Creme spritzen.

**Für den Rote-Bete-Kaviar:**

200 ml kalter Rote Bete Saft  
 1 Schuss alter dunkler Balsamico Essig  
 5 g Agar-Agar  
 1,5 L sehr kaltes Rapsöl  
 Zucker, zum Abschmecken  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kalten Rote Bete Saft in einen Topf geben und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Agar-Agar dazugeben und 1 Minute mit dem Stabmixer gut verrühren. Saft einmal aufkochen lassen und weitere 2 Minuten kochen lassen. Anschließend die Hälfte der Flüssigkeit in die flache Schale füllen und die andere Hälfte in die Dosierflasche. Schüssel mit Öl aus dem Kühlschrank nehmen und die heiße Rote Bete Flüssigkeit vorsichtig in das kalte Öl tröpfeln. Tropfen können beliebig lange in dem Öl liegen bleiben. Zum Servieren die Kaviar Tropfen mit einer Schöpfkelle aus der Schüssel holen und auf einem Krepppapier abtropfen lassen.

**Für das Rote-Bete-Tatar:** Rote Bete in kleine Würfel schneiden. Schalotte abziehen und fein hacken. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und darin die Schalotte glasig braten. Rote Bete in einer Schüssel mit Olivenöl, Apfelessig, Senf, Salz, Pfeffer, Zitronenabrieb und einen Schuss Zitronensaft abschmecken. Kapern klein hacken, die glasig gebratenen Schalotten hinzufügen und alles gut vermischen und durchziehen lassen.

- 2 vorgegarte rote Bete
- 1 kleines Glas Kapern
- 1 Schalotte
- ½ Zitrone
- 1 TL Dijon Senf
- 1 Schuss Apfelessig
- Olivenöl, zum Braten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Für den Rote-Bete-Chip:** Rote Bete schälen und mit dem Hobel in 1 mm dünne Scheiben hobeln. Auf ein Küchenpapier legen und trocken tupfen. Anschließend bei 140 Grad langsam in Öl frittieren bis sie knusprig sind. Auf ein Küchenpapier legen, abtropfen lassen und anschließend leicht salzen.

- 1 frische rote Bete
- Öl, zum Frittieren
- Salz, aus der Mühle

**Für das Selleriepüree:** Sellerie und Kartoffel in gesalzenem Wasser garkochen. Sahne und 75 ml Wasser zusammen in einem Topf aufkochen und mit den weich gekochten Kartoffeln zu einem feinen Püree stampfen. Butter nach und nach dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Passiersieb auf eine Schüssel geben, den Topfinhalt einfüllen und durchstreichen. Die feine Masse in eine Espumafflasche geben, Kapsel aufschrauben und kräftig schütteln.

- 150 g Sellerieknolle
- 75 g mehlig kochende Kartoffeln
- 75 ml Sahne
- 50 g Butter
- 1 Muskatnuss, zum Reiben
- Ggf. Sojalecithin
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Für die Garnitur:**  
Gepuffter Quinoa  
Rote Bete Sprossen

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Simon Maus

**jung & alt: Pochiertes Wachtelei & Rückwärtsgegarnte  
Wachtelbrust, Erbsenkresse-Salat & Erbsenpüree,  
Gehäutete Trauben & Balsamico-Reduktion,  
Milchschaum & Parmesan-Chip**

Zutaten für zwei Personen

**Für das pochierte Wachtelei:**

4 Wachteleier  
4 EL weißer Balsamicoessig

Den Ofen auf 80 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Wachteleier vorsichtig öffnen und in jeweils eine kleine Schüssel geben. 500 ml Wasser mit dem Essig erhitzen, bis es anfängt zu Sieden und daraufhin mit einer Gabel einen Strudel im Wasser erzeugen. Wachtelei hineingleiten lassen und nach 1-2 Minuten mit einer Siebkelle herausnehmen. Danach sofort Anrichten.

**Für die Wachtelbrust:**

2 ganze Wachteln  
½ Bund Thymian  
100 ml Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Wachteln waschen und die beiden Brüste aus der Wachtel herauslösen. In einer Auflaufform mit Olivenöl beträufeln, Salzen und Pfeffern. Mit ein paar Thymianzweigen für 20 Minuten in den Ofen geben. Danach herausnehmen und in einer Pfanne mit Olivenöl und Thymianzweigen kross auf der Haut anbraten. Herausnehmen und Anrichten.

**Für den Erbsenkresse-Salat:**

1 Packung Erbsenkresse/  
Erbsensprossen  
1 TL weißer Balsamicoessig  
1 EL Olivenöl  
½ TL Zucker  
1 EL Rosa Pfefferkörner  
Salz, aus der Mühle

Erbsensprossen abwaschen und in eine Schüssel geben. Mit Olivenöl, weißem Balsamico und Zucker würzen und sanft durchheben. Die rosa Pfefferkörner im Mörser zerstoßen und zu dem Salat geben. Mit Salz final abschmecken.

**Für das Erbsenpüree:**

500 g TK Erbsen  
50 g Baconscheiben  
2 Schalotten  
½ Bund Minze  
1 Zitrone, Saft & Abrieb  
50 g Butter, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotten abziehen und zusammen mit Bacon kleinschneiden und in Butter anschwitzen. Ca. 20 Blätter Minze abziehen, in einem Mörser zerstoßen und zu dem Bacon und den Schalotten geben. Erbsen hinzugeben und 10 Minuten auf mittlerer Hitze köcheln lassen. Kurz vor Ende der Zeit etwas Zitronenabrieb und Zitronensaft hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Erbsen in einen Mixer geben und fein pürieren. Durch ein Sieb streichen und anrichten.

**Für den Milchschaum:**

300 ml Milch, 3,5 %  
5 Zweige Rosmarin  
5 Zweige Thymian  
Ggf. Sojalecithin  
2 TL Café de Paris Gewürz  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Milch in einem Topf mit den Rosmarin- und Thymianzweigen leicht erwärmen und 20 Minuten ziehen lassen. Danach Café de Paris dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor Ende ein wenig kalte Butter hinzugeben und stark aufmixen, sodass ein Schaum entsteht.

- Für den Parmesanchip:** Backofen auf 200 Grad vorheizen. Parmesan fein reiben und mit 250 g Parmesan Paprikapulver würzen. Mit einem Teelöffel kleine Häufchen auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech machen. Im Ofen etwa 10 Minuten backen.
- Für die gehäuteten Trauben:** Trauben halbieren und mit einem Kugelausstecher aus der Haut heben. 10 große grüne kernlose Trauben Mit etwas Puderzucker bestäuben und beiseitestellen.  
1 TL Puderzucker
- Für die Balsamico-Reduktion:** Schalotten abziehen, grob Schneiden und in 50 g Butter anschwitzen. Mit 3 Schalotten Portwein ablöschen und kurz einreduzieren lassen. Mit dem 200 ml alter Balsamicoessig Balsamicoessig aufgießen und einkochen lassen. Mit Honig, Salz und 50 ml Portwein Pfeffer würzen. Durch ein Sieb passieren. Kurz vor dem Anrichten 25 g 2 EL Honig kalte Butter zur Bindung hinzugeben und danach anrichten.  
75 g Butter  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Juliane Schmitz**

**Land & Meer: Kabeljau mit Kartoffel-Schuppen, Safran-Currysauce, geschmortem Apfel, Friséesalat und frittierte Auster**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für den Fisch:**

- 2 Kabeljaurückenfilets à ca. 150 g, ohne Haut
- 1 große festkochende Kartoffel
- Etwas Speisestärke
- 20 g Butter
- 3 EL Butterschmalz
- 3 EL Olivenöl
- 1 Zweig Thymian
- 1 Zweig Rosmarin
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Kabeljau waschen, trocken tupfen und Gräten entfernen. Fisch von beiden Seiten reichlich salzen und pfeffern.

Kartoffel schälen, waschen und trocken tupfen. Mit einem Hobel ganz dünne Scheiben schneiden und aus diesen Scheiben anschließend mit einem Ausstecher (0,5 bis 1cm Durchmesser) kleine Kreise ausstechen. Butterschmalz in einem kleinen Topf zerlassen, die Stärke mit einem Schneebesen einrühren und von der Hitze nehmen. Kartoffelkreise in der Stärkemischung wenden und schuppenförmig auf die ehemalige Hautseite des Fisches legen. Fischfilets auf einen Teller legen, abfolieren und für ca. 10 Minuten in den Tiefkühler oder in den Kühlschrank legen, damit das Butterschmalz wieder fest wird und somit besser am Fisch haften bleibt. Fisch aus dem Kühlschrank/Tiefkühler nehmen und in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Temperatur auf der Kartoffel-Schuppenseite in etwas Öl langsam knusprig braten. Rosmarin dazugeben. Wichtig: Fisch niemals in die kühle Pfanne legen. Fisch wenden und die Butter und Kräuter in die Pfanne geben.

Der Fisch sollte zum Servieren eine Kerntemperatur von 54 Grad haben.

**Für die frittierte Auster:**

- 4 ausgelöste Austern
- 50 g Maismehl
- 1 EL Weizenmehl
- 1 TL Speisestärke
- 1 Msp. Backpulver
- 1 Ei, Eiweiß
- 125 ml Milch
- 500 ml Öl, zum Frittieren
- Salz, aus der Mühle

Milch erwärmen. Ei trennen. Maismehl, Weizenmehl, Stärke, Backpulver, Salz, Eiweiß und Milch zu einem nicht zu festen Teig verrühren. Eventuell etwas Milch hinzufügen. Austern im Teig wenden. In einer Fritteuse Öl erhitzen, bis an einem hineingehaltenen Holzstäbchen Bläschen (etwa 180 Grad) aufsteigen. Austern einzeln oder zu zweit hineingeben und 2-3 Minuten unter Wenden backen. Auf Küchenkrepp gut abtropfen lassen.

**Für die Safran-Currysauce:**

- ½ Döschen Safranfäden
- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Scheibe Ingwer
- 1 Zitrone
- 1 Orange
- 200 ml Geflügelfond
- 100 ml Weißwein
- 100 g Sahne
- 1 TL Speisestärke
- 1 Zweig Thymian
- 1 Lorbeerblatt
- 2 EL neutrales Öl

Safran in wenig warmem Fond ziehen lassen. Schalotte abziehen, klein würfeln und in einer Pfanne mit dem Öl andünsten. Puderzucker dazugeben und leicht karamellisieren. Mit dem Weißwein ablöschen, Thymian und Lorbeerblatt dazugeben und einköcheln. Den restlichen Fond angießen, Knoblauch und Ingwer reiben und dazugeben und einige Minuten köcheln lassen. Dann die Sahne hinzufügen. Speisestärke mit wenig kaltem Wasser glattrühren, die Sauce damit binden und 1 bis 2 Minuten sämig einköcheln lassen. Orange und Zitrone waschen, Schale abreiben. Den eingeweichten Safran und die Zitronen- und Orangenschale hinzufügen und noch einige Minuten ziehen lassen. Sauce mit Salz und Currypulver abschmecken und mit dem Stabmixer aufschäumen.

1 EL Puderzucker  
1 EL mildes Currypulver  
Salz, aus der Mühle

**Für den geschmorten Apfel:** Apfel waschen und entkernen. In Spalten schneiden und diese in der ausgelassenen Butter in einer Pfanne zusammen mit dem Thymian von beiden Seiten ca. 3 Minuten dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

1 Apfel, Sorte Topaz  
20 g Butter  
1 Zweig Thymian  
1 Prise Zucker  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Für den Friséesalat:** Salat waschen und trockenschleudern. Schalotte abziehen und kleinschneiden. Schalotte, Fond, Senf, Balsamico, Öle, Zucker, Salz und Pfeffer in ein hohes Mixgefäß geben und mit einem Mixstab solange pürieren, bis sich ein homogenes Dressing entwickelt hat. Den Salat mit dem Dressing übergießen und das Dressing mit den Händen leicht unterheben/einmassieren. Sofort servieren.

Einige gelbe Blätter Friséesalat  
½ Schalotte  
50 ml Geflügelfond  
1 TL Senf  
40 ml weißer Balsamico  
50 ml Sonnenblumenöl  
50 ml Walnussöl  
brauner Zucker  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Miriam Fischer

## süß & salzig: Jakobsmuschel-Tatar im Meer von weißer Schokolade und gebratene Jakobsmuschel mit Speck-Chip

Zutaten für zwei Personen

### Für das Meer aus weißer Schokolade:

- 50 g weiße Schokolade
- 1 mittelgroße mehligkochende Kartoffel
- 2 mittelgroße Karotten (150 g)
- 1 kleines Stück Lauch (50 g)
- 1 kleines Stück Fenchel (30 g)
- 45 g braune Champignons
- 1 Schalotte
- ½ Knoblauchzehe
- 200 g Fischfond
- 70 g trockener Wermut
- 1 Zweig glatte Petersilie
- 135 g Crème fraîche
- 100 g Magermilch, 1,5% Fett
- 1 EL Pflanzenöl
- 15 Pfefferkörner
- 1 TL Koriandersamen
- Salz, aus der Mühle

Die Schalotte und den Knoblauch abziehen. Karotte, Lauch, Fenchel und Champignons putzen und in Streifen und dann in Würfel schneiden.

Fischfond auf ca. 50 ml reduzieren lassen.

Öl bei mittlerer Hitze in einem kleinen Topf erhitzen. Das fein geschnittene Gemüse, die Pfefferkörner und die Koriandersamen hinzufügen und solange anschwitzen bis das Gemüse anfängt weich zu werden (ca. 15 Minuten). Kartoffel schälen und hineinreiben. Wermut hinzugießen, Hitze erhöhen und zu einem Sirup einkochen lassen. Petersilie, Fischfond, Crème Fraîche und Milch hinzufügen und zum Kochen bringen. Hitze ausschalten und ziehen lassen. Danach abpassieren.

Schokolade kleinschneiden. Sauce erwärmen und die klein geschnittene Schokolade hineingeben bis sie schmilzt. Mit etwas Salz würzen. Sauce mit einem Pürierstab aufschäumen.

### Für das Tatar:

- 4 Jakobsmuscheln in der Schale
- Etwas Queller
- 1 Zitrone, 1 Spritzer Saft
- 1 EL Walnussöl
- Salz, aus der Mühle

Jakobsmuschel auslösen, putzen und in 5 mm Würfel schneiden. Queller in kleine Stückchen schneiden.

Jakobsmuschel mit Zitronensaft, Queller, Walnussöl und Salz vermengen.

### Für die gebratene Jakobsmuschel:

- 2 Jakobsmuscheln in der Schale
- 1 EL neutrales Öl
- Salz, aus der Mühle

Jakobsmuscheln auslösen, putzen und halbieren. Etwas Öl auf einen Teller gießen und die Jakobsmuschel Scheiben darin eintunken. Mit Salz würzen und kurz in einer heißen Pfanne auf einer Seite anbraten.

### Für den Speck-Chip:

- 2 Scheiben Frühstücksbacon

Frühstücksbacon in der Pfanne knusprig ausbraten und auf die Jakobsmuschel setzen.

### Für die Garnitur:

- ½ weiße Schokolade
- Erbsensprossen

Tatar in einem Anrichtering (ca. 5 cm) in der Mitte eines tiefen Tellers anrichten. Jakobsmuschel mit der angebratenen Seite auf das Tatar setzen und mit geriebener weißer Schokolade und Erbsensprossen garnieren. Die Sauce um das Tartar verteilen und servieren.



Katharina Ley

**"Wald & Watt": Rehrücken im Kräutermantel auf Queller-Gemüse mit Nordseekrabben-Creme, Sanddorn-Jus und Pfifferlingen**

Zutaten für zwei Personen

**Für den Rehrücken:**

1 ausgelöstes Rehrückenfilet  
 1 Zweig Thymian  
 1 Bund glatte Petersilie  
 1 Bund Kerbel  
 1 Bund Schnittlauch  
 5 EL Panko  
 2 EL Butter  
 Neutrales Öl, zum Braten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Rehrücken trocken tupfen und etwas neutrales Öl in einer Pfanne auf hoher Hitze erhitzen. Rehrücken von beiden Seiten scharf anbraten Thymianzweig dazu geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch in den vorgeheizten Ofen geben. Panko in einer Pfanne anrösten, Kräuter fein hacken und mit etwas Butter zum Panko geben, anschließend in einem Multi-Zerkleinerer zu feinen Bröseln verarbeiten. Rehrücken nach ca. 20 Minuten aus dem Ofen nehmen, in der Kräuter-Panko Mischung wälzen, mit Salz und Pfeffer nachwürzen und zum Servieren aufschneiden.

**Für das Queller-Gemüse:**

200 g Queller  
 1 kleine Schalotte  
 1 EL Butter  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Queller waschen und ggf. kleine Ästchen entfernen. Schalotte abziehen, fein würfeln und in einem Topf mit etwas Butter anschwitzen. Queller dazu geben, mit Pfeffer abschmecken und ein paar Minuten auf mittlerer Hitze garen.

**Für den Sanddorn-Jus:**

1 kleine Schalotte  
 100 g Sanddornmark (alternativ Sanddornsaft)  
 100 ml Wildfond  
 30 ml Portwein  
 2 EL Honig  
 2 EL Butter  
 Salz, aus der Mühle

Schalotte abziehen und fein würfeln. Pfanne, in dem bereits das Reh gebraten wurde, erhitzen und fein gewürfelte Schalotten mit etwas Butter darin andünsten. Mit einem Schuss Portwein ablöschen und den Fond dazu geben. Auf die Hälfte der Flüssigkeit reduzieren lassen und dann mit Sanddornmark, Honig und etwas Salz abschmecken. Sauce durchsieben und mit etwas Butter vor dem Servieren aufmixen.

**Für die Pfifferlinge:**

10 mittelgroße Pfifferlinge  
 1 EL Butter  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Pfifferlinge putzen und in einer Pfanne bei hoher Hitze mit etwas Butter anbraten. 3-4 Minuten dünsten lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Krabbencreme:** Schalotte abziehen, fein würfeln und in einer Pfanne mit etwas Butter anschwitzen. Mit Cognac ablöschen und Krabben dazu geben (ein paar Krabben für die Garnitur aufbewahren). Kurz erwärmen, in ein hohes Gefäß geben, Mascarpone dazu geben und mit Zitronensaft und Zitronenabrieb, sowie etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Mit dem Pürierstab fein mixen und durch ein Sieb geben. Garnitur-Krabben mit etwas Salz, Dill und Zitronensaft, sowie -abrieb würzen und auf der Crème servieren.

200 g gepulte Nordseekrabben  
1 kleine Schalotte  
1 Zitrone  
3 EL Mascarpone  
20 ml Cognac  
1 Bund frischer Dill  
2 EL Butter

**Für die Garnitur:** Beeren auf der Sauce verteilen - Kresse auf dem Fleisch.

50 g Sanddornbeeren  
Bunte Kresse

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.