

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 30. September 2019** ▪  
**Leibgericht mit Cornelia Poletto**



**Janni Litzenberger**

**Forelle im Pergamentpapier mit buntem Gemüse und  
"frechen" Radieschen**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Forelle:**

- 1 kleine, küchenfertige Forelle á 350 g
- 2 Cocktailtomaten
- 1 Karotte
- 1 kleine Stange Lauch
- 4 Knoblauchzehen
- 500 ml trockener Weißwein
- 4 Zweige Thymian
- 3 Zweige Rosmarin
- 2 EL Butter
- 2 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 190 Grad Umluft vorheizen.

Die Karotten schälen, von den Enden befreien und in feine Streifen schneiden. Den Lauch von der äußeren Schale befreien, putzen und in feine Streifen schneiden.

Den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und zupfen.

Olivenöl, Knoblauch und Thymian in einer Schale mischen. Butter in einem kleinen Topf schmelzen.

Die Gemüsestreifen in einem Topf mit kochendem Salzwasser kurz blanchieren.

Die Forelle waschen, trocknen, innen und außen mit Salz und Pfeffer würzen. Mit reichlich Knoblauch-Öl bestreichen und in Pergamentpapier wickeln. Im Ofen etwa 20 Minuten garen und die Butter darüber gießen.

**Für die Radieschen:**

- 150 g Radieschen
- 1 Zitrone, davon etwas Saft
- 1 TL flüssiger Honig
- 2 EL Olivenöl
- Fleur de Sel, zum Abschmecken

Die Radieschen waschen, trocknen und in kleine Scheiben schneiden.

Die Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen.

Die Radieschen mit Öl, Honig und Zitronensaft vermengen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen die Radieschen darauf garen. Mit etwas Salz garen.

**Für die Garnitur:**

- 4 Zweige Thymian

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Thymianzweigen garnieren und servieren.



**Stefan Schrader**

## **Loup de mer in der Salzkruste mit Beurre blanc, Fenchel-Pak-Choi-Gemüse und Bamberger Hörnchen**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Loup de mer:**

- 1 küchenfertiger, kleiner Seewolf
- 4 kg feines Meersalz
- 1 Zwiebel
- 1 Zitrone
- 4 Eier, davon das Eiweiß
- 1 Bund Dill
- ¼ Bund glatte Petersilie
- Salz, aus der Mühle

Den Ofen auf 205 Grad Umluft vorheizen.

Die Zwiebel abziehen, halbieren und fein würfeln. Die Zitrone in Scheiben schneiden, mit Zwiebelwürfeln, Petersilie und Dill und in den Bauchraum des Fisches geben und den Fisch innen und außen pfeffern.

Die Eier trennen und das Eiweiß mit etwas Salz in einer Küchenmaschine zu Eischnee aufschlagen. Den Boden eines Backblechs mit der Salzmasse etwa 1 cm hoch bedecken.

Den Fisch darauflegen und der übrigen Salzmasse vollständig bedecken. Im vorgeheizten Ofen den Fisch ca. 20 Minuten garen. Die Salzkruste vor dem Servieren entfernen.



**PROFI  
TIPP**

*Damit Sie die Salzkruste entspannt vom Fisch lösen können, empfehle ich je 1 ½ kg Meersalz 1 EL Mehl, 1 EL Stärke und 4 Eier. Dann backt die Kruste knusprig um den Fisch, lässt sich aber noch wunderbar lösen.*

*Übrigens: Der Fisch ist gar, wenn die Rückenflosse leicht zu lösen ist.*

### **Für die Beurre blanc:**

- 200 g eiskalte Butter
- 1 Schalotte
- ½ Zitrone, davon der Saft
- 100 ml Riesling
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schalotte abziehen, halbieren und grob würfeln.

Die Butter kurz im Gefrierfach anfrieren.

Weißwein mit Schalotte kurz in einem kleinen Topf aufkochen. Durch ein Sieb passieren, nochmal reduzieren. Die Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen.

Mit eiskalter Butter binden. Mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Für das Gemüse:**

- 200 g Baby-Pak-Choi
- 200 g Fenchelknolle
- 1 Schalotte
- 1 Zitrone, davon ½ TL Zesten
- 4 Zweige Thymian
- 4 Zweige Rosmarin
- Olivenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fenchel und Pak-Choi putzen und in gleiche Stücke schneiden. Die Schalotte abziehen, halbieren und fein würfeln.

Das Fenchel, Pak-Choi und Schalotten mit Olivenöl in der Pfanne anbraten und mit Salz, Pfeffer und Zitronenzeste würzen.

Die Kräuter abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken.

Das Gemüse mit den Kräutern mischen.

### **Für die Salzkartoffeln:**

- 100 g Bamberger Hörnchen
- 2 EL Butter
- 1 TL feines Salz

Die Kartoffeln schälen und mit einem Parisienne-Ausstecher in Form bringen.

In gut gesalzttem Wasser kochen. Nach dem Kochen in einer Pfanne in Butter anglänzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Fatma Dogan**

## **Rosa gebratenes Rinderfilet mit Rotweinsauce, Selleriepüree und Rösti**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Rinderfilet:**

2 Medaillons vom Rinderfilet á 160 g  
4 Scheiben Bacon  
neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Rindermedaillons mit dem Bacon einschlagen und mit Küchengarn fest zusammenbinden. Das Fleisch in einer Pfanne mit Öl kräftig anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und im Ofen ca. 10 Minuten garen.

### **Für die Sauce:**

8 Schalotten  
150 ml trockener Rotwein  
1 EL flüssiger Honig  
1 TL Stärke  
25 g Butter  
½ Zweige Thymian

Schalotten abziehen, dabei darauf achten, dass der Wurzelansatz nicht mit abgeschnitten wird. Die Schalotten der Länge nach halbieren und in Scheiben schneiden.

Butter in einem Topf aufschäumen lassen, Honig zufügen und mit Rotwein ablöschen. Thymian zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit geschlossenem Deckel garen und einkochen lassen.

### **Für das Selleriepüree:**

¼ Knollensellerie  
1 Zitrone, davon ½ TL Saft  
50 g Crème fraîche  
20 ml Sahne  
1 Muskatnuss, zum Reiben  
½ EL Butter  
Salz, aus der Mühle

Sellerie putzen, schälen, grob würfeln und in Salzwasser gut 20 Minuten garen. Ausdrücken und zusammen mit Crème fraîche, Sahne und Zitronensaft im Mixer fein pürieren.

Mit Salz und Muskat würzen.

### **Für die Rösti:**

1 große Kartoffel  
1 Muskatnuss, zum Reiben  
Butterschmalz, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffel waschen, schälen und auf einer Vierkantreibe fein raspeln.

Die Masse gegebenenfalls etwas ausdrücke und in einer Pfanne mit reichlich Butterschmalz kross ausbacken.

Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Marcel Fulsche**

## **Schweinemedallions im Kräutermantel mit Kürbis-Risotto und Kresse**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Schweinefilet:**

1 Schweinefilet á 250 g  
 1 TL mittelscharfer Senf  
 ¼ Bund Thymian  
 ¼ Bund Kerbel  
 ¼ Bund glatte Petersilie  
 Olivenöl, zum Anbraten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Schweinefilet waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch in Olivenöl rundherum anbraten. Herausnehmen und mit Senf bestreichen. Thymian, Kerbel und Petersilie abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken.

In den Kräutern wälzen und diese etwas festdrücken. Filet in eine Auflaufform geben und mit Olivenöl beträufeln.

Im Ofen ruhen lassen.

### **Für den Risotto:**

170 g Risottoreis  
 1 Hokkaido-Kürbis  
 1 Knoblauchzehe  
 1 Schalotte  
 50 ml trockener Weißwein  
 500 ml Gemüsefond  
 1 EL Crème fraîche  
 25 g Parmesan  
 1 Beet Kresse  
 1 EL Olivenöl  
 3 EL Butter  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Kürbis waschen, halbieren, vom Kerngehäuse befreien und in Würfel schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken.

Öl erhitzen und die Butter darin zerlassen. Knoblauch, Schalotten und Kürbis darin andünsten.

Den Reis einstreuen und ebenfalls kurz dünsten. Wein angießen und aufkochen. Nach und nach Fond angießen. Den Reis ca. 20 Minuten quellen lassen.

Die Frühlingszwiebeln von der äußeren Schale befreien, putzen und in feine Ringe schneiden. 5 Minuten vor Ende der Garzeit dazugeben.

Crème fraîche und Parmesan unterheben, mit Pfeffer würzen. Kresse schneiden und aufstreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten, das Fleisch in Tranchen schneiden und servieren.



**Konstantina Spieß**

## **Gnocchi mit Waldpilzen und knuspriger Petersilie**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für die Gnocchi:**

250 g mehligkochende Kartoffeln  
360 g Ricotta  
60 g Parmesan  
2 Eier  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in einem Topf mit reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen. Die Kartoffeln abgießen und ausdampfen lassen.

Den Parmesan auf einer Vierkantreibe fein reiben. Kartoffeln, Ricotta, geriebenen Parmesan, Eier und Salz in einer Küchenmaschine zu einem glatten Teig verkneten.

Den Teig dritteln und im Kühlschrank etwa 15 Minuten ruhen lassen. Den Teig in einen dünnen Strang ausrollen und etwa nach 2 cm teilen.

Die Gnocchi in einem Topf mit reichlich kochendem Salzwasser garen.

### **Für die Sauce:**

50 g kleine Pfifferlinge  
50 g Kräuterseitlinge  
100 g braune Champignons  
1 Zitrone, davon der Abrieb  
2 EL Butter  
1 ½ rote Zwiebeln  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Champignons, Steinpilze und Pfifferlinge mit einer Pilzbürste sorgfältig putzen und vierteln. Die Zwiebel abziehen, halbieren und fein würfeln.

Butter in der Pfanne aufschäumen und die Pilze mit Zwiebeln darin scharf anbraten.

Die Pilze mit Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer würzen.

### **Für die krosse Petersilie:**

½ Bund glatte Petersilie  
200 ml neutrales Pflanzenöl

Die Petersilie abrausen, trockenwedeln und zupfen. In einem Topf mit reichlich heißem Öl ca. 30 Sekunden kross ausbacken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.