

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 26. September 2019** ▪
Hauptgang & Dessert mit Alexander Kumptner



Marcello Ciarrettino

Saltimbocca vom Rind mit Pfannengemüse

Zutaten für zwei Personen

Für das Saltimbocca:

400 g pariertes Rinderfilet (Mittelstück)
 4 Scheiben dünn geschnittener
 Parmaschinken
 6 Salbeiblätter
 Butterschmalz, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Fleisch waschen und in zwei gleich große Medaillons schneiden. Salbei abbrausen und trockenwedeln. Auf jedes Filet zwei bis drei Salbeiblätter legen. Die Filets mit jeweils zwei Scheiben Parmaschinken umwickeln und mit Küchengarn fixieren.

Filets in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten scharf anbraten und mitsamt der Pfanne in den vorgeheizten Backofen geben. Das Fleisch nach ca. sechs Minuten herausnehmen, wenden und drei Minuten ruhen lassen. Vor dem Servieren das Küchengarn entfernen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Gemüse:

1 Zucchini
 1 Aubergine
 1 rote Paprika
 2 große Tomaten
 1 große Zwiebel
 2 Knoblauchzehen
 10 Zweige Basilikum
 2 TL getrockneter Oregano
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch und Zwiebel abziehen. Knoblauch in sehr dünne Scheiben schneiden, Zwiebel grob würfeln. Zucchini und Aubergine waschen, trockentupfen, entkernen und in Würfel schneiden. Tomaten waschen, trockentupfen und mit heißem Wasser überbrühen, enthäuten und in Stücke schneiden. Paprika waschen und trockentupfen. Dann halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und würfeln.

Knoblauch und Zwiebeln in 2 EL Olivenöl anschwitzen, dann Zucchini, Aubergine und Paprika dazugeben und alles bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten weich dünsten. Nach ca. 6 Minuten die Tomaten hinzugeben. Ca. 2 EL Olivenöl dazugeben und alles leicht einköcheln lassen. Das Gemüse mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen. Vor dem Servieren Basilikum abbrausen, trockenwedeln und das Gericht mit einigen Blättchen dekorieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Marcello Ciarrettino

Weißer Quark-Schokolade mit warmer Himbeersauce

Zutaten für zwei Personen

Für die Quark-Schokolade:

150 ml Sahne
250 g Quark (20% Fett)
80 g weiße Schokolade

Weißer Schokolade hacken und über einem Wasserbad schmelzen lassen. 50 ml Sahne unter die Schokolade rühren und alles für ca. 5 Minuten leicht erwärmen. Dann Quark und restliche Sahne hinzugeben und alles gut verrühren.

Für die Himbeersauce:

250 g Himbeeren (TK-Ware)
125 g Zucker
½ EL Speisestärke

Himbeeren in einen Topf geben und mit einem Stabmixer fein pürieren. Zucker und Speisestärke hinzugeben und alles aufkochen lassen. Vor dem Servieren nochmals gut pürieren und schließlich durch ein feines Haarsieb passieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Anna Eberl

Chili sin carne mit Avocado-Joghurt-Dip und Basmati

Zutaten für zwei Personen

Für das Chili:

200 g Naturtofu
 170 g Kidneybohnen
 130 g Mais (aus der Dose)
 1 Zwiebel
 330 ml passierte Tomaten
 200 g Tomatenmark
 3 EL Honig
 1 EL getrockneter Oregano
 ½ TL Kreuzkümmel
 ½ TL Chilipulver
 50 ml Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Tofu zerbröseln und in einer Pfanne mit Olivenöl scharf anbraten. Zwiebel abziehen, fein würfeln und ebenfalls mit in die Pfanne geben. Alles für weitere 5 Minuten braten lassen. Dann Honig und Tomatenmark hinzugeben, gut verrühren und etwas karamellisieren lassen. Zum Schluss Kidneybohnen, Mais und passierte Tomaten dazugeben und mit Oregano, Kreuzkümmel, Chilipulver, Salz und Pfeffer würzen. Chili Sin Carne einköcheln lassen.

Für den Avocado-Joghurt:

1 reife Avocado
 1 Zitrone
 250 g Naturjoghurt (3,8% Fett)
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Avocado halbieren, Stein entfernen und das Fruchtfleisch aus der Schale lösen. Zitrone unter heißem Wasser abspülen und Schale abreiben. Dann halbieren und den Saft auspressen. Avocado mit Joghurt, dem Saft und Abrieb einer halben Zitrone fein pürieren. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Reis:

250 g Basmati-Reis
 Salz, aus der Mühle

Salzwasser zum Kochen bringen und den Reis darin für ca. 20 Minuten garen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Anna Eberl

Kaiserschmarrn mit Zwetschgenkompott

Zutaten für zwei Personen

- | | |
|--------------------------------|--|
| Für den Kaiserschmarrn: | 30 g Butter in einen Topf geben und schmelzen lassen. Eier trennen. |
| 4 Eier | Mehl mit der Milch glatt rühren, dann Eigelbe, flüssige Butter, Zucker und |
| 250 ml Milch | eine Prise Salz hinzugeben und alles zu einem glatten Teig verarbeiten. |
| 30 g Butter | Eiweiß steif schlagen und den Eischnee vorsichtig unter den Teig heben. |
| Butterschmalz, zum Anbraten | Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und den Teig einfüllen. Zunächst |
| 140 g Mehl | eine Seite des Schmarrns ausbacken, dann umdrehen und sofort in |
| 1 EL Zucker | größere Stücke zerteilen. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestäuben. |
| 2 EL Puderzucker | |
| 1 Prise Salz | |
|
Für das Kompott: | |
| 500 g Zwetschgen | Zwetschgen putzen, halbieren und entsteinen. Zitrone halbieren und Saft |
| 1 Zitrone | auspressen. Zwetschgen mit ca. 1 TL Zitronensaft in einen kleinen Topf |
| 1 EL Rum | geben und mit Wasser auffüllen, sodass die Früchte gerade so bedeckt |
| 1 Vanilleschote | sind. Vanilleschote längs halbieren und das Mark herauskratzen. Rum, |
| 1 Zimtstange | Zimtstange, Sternanis, Vanillemark und –schote mit in den Topf geben |
| 1 Sternanis | und alles zu einem Kompott einköcheln lassen. Die Früchte ggf. mit |
| 1 Prise Zucker | etwas Zucker süßen. |

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Martin Hofmann

Lammfilet mit Balsamico-Glace, Speckbohnen und Rosmarinkartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für das Lammfilet:

2 kleine, parierte Lammfilets à ca. 80-100 g
 1 Zweig Rosmarin
 1 TL Butter
 1 TL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Fleisch waschen und trockentupfen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin von beiden für 1-2 Minuten anbraten. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln und zusammen mit der Butter in die Pfanne geben. Alles für 3-4 Minuten schwenken, dann mit Salz und Pfeffer würzen. Ggf. im Backofen fertig garen.

Für die Balsamico-Glace:

100 ml dunkler Balsamicoessig
 2 TL Honig
 1 Zweig Rosmarin
 50 g Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zucker in eine Pfanne geben und karamellisieren lassen. Mit Balsamicoessig ablöschen. Honig einrühren und alles gut verrühren. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und ebenfalls in die Pfanne geben. Alles mit Salz und Pfeffer würzen und für einige Minuten einreduzieren lassen.

Für die Speckbohnen:

100 g Prinzess-Bohnen
 20 g Speckwürfel
 1 Prise Zucker
 1 TL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Bohnen putzen und in Salzwasser blanchieren. Dann abgießen, in Eiswasser abschrecken und kurz abtropfen lassen.

Bohnen mit Speck in einer Pfanne mit Öl anbraten und alles mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

Für die Kartoffeln:

10 kleine Kartoffeln (Drillinge)
 2 Zweige Rosmarin
 1 Prise edelsüßes Paprikapulver
 2 TL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln waschen, trockentupfen und halbieren. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und Nadeln abzupfen. Kartoffelhälften in eine Schüssel geben und mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Rosmarinnadeln und Olivenöl unterrühren. Alles kurz ziehen lassen, dann die Kartoffeln auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten garen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Martin Hofmann

Avocado-Mango-Creme mit karamellisierten Haselnüssen

Zutaten für zwei Personen

Für die Creme: Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein schneiden und würfeln. Avocado halbieren, Stein entfernen und das Fruchtfleisch aus der Schale lösen. Zitrone und Orange halbieren und den Saft auspressen. Avocado, Mango, Schmand, Joghurt, Zitronen- und Orangensaft in eine Schüssel geben und mit einem Stabmixer fein pürieren.

1 reife Mango
1 reife Avocado
½ Zitrone
½ Orange
100 g Schmand
100 g Naturjoghurt

Für die Haselnüsse: Zucker in eine Pfanne geben, erhitzen und darin auflösen. Haselnüsse grob hacken und in der Pfanne karamellisieren.

50 g Haselnüsse
2 TL Zucker

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.