

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 7. November 2019** ▪
Tagesmotto: „Nüsse“ mit Björn Freitag



Franz Xaver List

Rehmedaillons mit Haselnusskruste, Preiselbeer-Portweinreduktion, Brokkoli-Karotten-Gemüse und Nusskartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für das Reh:

6 Rehmedaillons à 150 g
 100 g gehackte Haselnüsse

Die Rehmedaillons waschen und von eventuellen Sehnen befreien. Fleisch salzen und pfeffern. In einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten anbraten.

1 Ei
 50 g Paniermehl
 1 EL Honig
 2 EL Butter

Ei trennen. Butter mit Eigelb, Paniermehl, gehackten Haselnüssen, Honig und Salz vermengen. Masse auf das Reh streichen und mit einem Flambierer bearbeiten.

Rapsöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Reduktion:

2 EL Preiselbeermarmelade
 3 Schalotten
 125 ml Portwein
 50 g Butter
 Chilisalz

Schalotten abziehen, kleinwürfeln und in Butter anschwitzen. Mit Portwein ablöschen und einreduzieren lassen. Preiselbeermarmelade dazugeben und mit Chilisalz abschmecken.

Für das Gemüse:

1 Brokkoli
 3 große Karotten
 2 EL Mandelblättchen
 2 EL Butter
 1 Muskatnuss, zum Reiben
 Chili, aus der Mühle
 Salz, aus der Mühle

Karotten schälen und in ca. 0,5 Zentimeter dicke Rauten schneiden. Brokkoli waschen und vom Strunk befreien. Zusammen ca. 5 Minuten blanchieren. In einem Sieb abgießen. Butter in einer Pfanne erhitzen und Brokkoli und Karotten darin schwenken. Mit Chili, Salz und Muskat würzen. Mandelblättchen in einer weiteren Pfanne rösten und über das Brokkoli-Karotten-Gemüse geben.

Für die Kartoffeln:

3 große Kartoffeln
 1 Bund glatte Petersilie
 2 EL Butter
 Salz, aus der Mühle

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Kartoffeln schälen und mit einem runden Ausstecher kleine Nüsschen ausstechen. Diese in Salzwasser ca. 5 Minuten kochen. Kartoffeln kurz in Butter schwenken, salzen und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Franz Xaver List

Nusstrilogie mit Mascarponecreme, Mango und Nuss-Cracker

Zutaten für zwei Personen

Für das Dessert:

1 reife Mango
1 Zitrone
150 g Mascarpone
2 Eier
50 g gehackte Haselnüsse
50 g Mandelblätter
100 g Zucker

Die Eier trennen. Eigelbe mit der Hälfte Zucker schaumig schlagen.

Mascarpone unterrühren.

Mango schälen und in Würfel schneiden. 2 Spalten Mango zum Garnieren beiseitestellen.

Haselnüsse und Mandelblätter mit dem Rest Zucker in einer Pfanne karamellisieren.

Für den Cracker:

50 g gehackte Haselnüsse
50 g Mandelblätter
2 EL Zucker

Zucker karamellisieren, Nüsse dazugeben, erkalten und in Form bringen.

Für die Garnitur:

50 g Pistazien

Pistazien hacken.

Zuerst etwas Mango in ein Glas füllen, dann Mascarpone, die gerösteten Nüsse, wieder Mascarpone und oben drauf die gewürfelten Mangos und Pistazien anrichten und servieren.



Marina Grosch

Massaman-Curry mit Reis und Cashewkernen

Zutaten für zwei Personen

Für das Curry:

2 Hühnerbrüste à 200 g
3 mittelgroße Kartoffeln
1 rote Paprika
½ Brokkoli
6 Mini-Maiskolben, Dose
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Chilischote
30 g Ingwer
2 EL Massaman-Curry Paste
2 Stangen Zitronengras
300 ml Kokosmilch
250 ml Hühnerfond
1 EL Erdnussbutter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Zitronengras längs halbieren und mehrfach knicken, damit das Aroma besser zur Geltung kommen kann. In einen Topf mit kochendem Hühnerfond geben. Kartoffeln im Zitronengraswasser nicht ganz garkochen und abgießen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen. Ingwer schälen. Chili entkernen und kleinschneiden. In einem Topf Zwiebel, Knoblauch, Ingwer und Chili leicht anbraten, Fleisch dazu geben und kurz mitbraten.

Paprika, Brokkoli und Maiskolben waschen, in Würfel schneiden und dazugeben. Kurz anschwitzen lassen. Kartoffeln ebenfalls in den Topf geben und alles mit der Kokosmilch aufgießen. Würzpaste dazugeben und köcheln lassen, bis das Fleisch gar und das Gemüse bissfest ist. Mit der Erdnussbutter abschmecken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Reis:

100 g Jasminreis
Salz, aus der Mühle

Reis waschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Mit der doppelten Menge gesalzenem Wasser gar kochen.

Für die Garnitur:

100 g Cashewnüsse
½ Bund Koriander

Cashewkerne in einer Pfanne rösten und kurz vorm Servieren auf dem Curry anrichten. Koriander abrausen, trockenwedeln und feinhacken. Über dem Curry verteilen

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Marina Grosch

Pistazien-Eis mit Sesam-Krokant-Hippe

Zutaten für zwei Personen

Für das Eis:

250 g Pistazien, geschält, nicht geröstet
200 g Crème fraîche
100 ml Schlagsahne
300 ml Milch
1 Vanilleschote
100 g Zucker

Den Ofen auf 200 Grad Heißluft vorheizen.

Vanilleschote der Länge nach halbieren und Mark herauskratzen.

Pistazien, Crème fraîche, Schlagsahne, Milch, Vanillemark und Zucker in einem Blitzhacker zerkleinern Masse in die Eismaschine geben.

Für die Hippe:

½ Orange
25 g Sesamsamen
15 g Mehl
35 g Honig
25 g Butter
35 g Rohrzucker

Orange waschen und trockentupfen. Die Schale der Orange fein abreiben. Orangenschale mit der Butter in eine kleine Pfanne geben und die Butter schmelzen lassen. Etwas abkühlen lassen. In einer Schüssel die Orangenbutter sowie Sesam, Mehl, Honig und Zucker zu einem glatten Teig rühren. Von der Masse jeweils 1 gehäuften Teelöffel mit genügend Abstand voneinander auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Die Sesam-Krokant-Hippen im vorgeheizten Ofen auf der mittleren Schiene 4–5 Minuten goldbraun backen.

Für die Garnitur:

50 g Pistazien, geschält, nicht geröstet
1 Limette

Pistazien hacken. Limette waschen, trockentupfen und Abrieb über dem Eis verteilen.

Das Eis in Gläsern anrichten und servieren.



Martin Hofmann

Hähnchen-Gemüse-Wok mit cremiger Walnussauce

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Hähnchenbrustfilets à 200 g
2 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen, klein hacken und in Olivenöl anbraten. Hähnchenbrustfilet abbrausen trockentupfen und in kleine Stücke schneiden. Den gehackten Knoblauch und das Hähnchenbrustfilet in den Wok geben. Alles scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Gemüse:

100 g Kaiserschoten
2 Möhren
1 rote Paprika
½ Zucchini
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 EL Sojasauce
Eiswasser
2 EL Olivenöl
1 Msp. Chilipulver
1 TL edelsüßes Paprikapulver
1 TL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und kleinschneiden. Möhren, Paprika und Zucchini schälen und kleinschneiden. Kaiserschoten für drei Minuten im Kochwasser garen lassen. Anschließend in Eiswasser abkühlen. Abtrocknen und mit dem restlich geschnittenen Gemüse in einer Pfanne mit Öl braten. Mit Sojasauce ablöschen und leicht köcheln lassen. Chili, Paprika, Zucker, Salz und Pfeffer nach und nach dazugeben.

Für die Sauce:

60 g Walnüsse
150 ml Kokosmilch
5 EL dunkle Sojasauce
1 TL Honig
1 Prise Zucker
1 Prise Salz
1 Prise Schwarzer Pfeffer

Kokosmilch mit der Sojasauce in einer Pfanne aufkochen lassen. Walnüsse in einem Gefrierbeutel legen und kleinhacken. Die gehackten Walnüsse in die Kokosmilch geben und mit Honig, Zucker, Salz und Pfeffer einkochen lassen, bis eine cremige Konsistenz entsteht.

Für die Garnitur:

5 Blätter Melisse
1 Zweig glatte Petersilie

Kräuter abbrausen, trockenwedeln und als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Martin Hofmann

Walnuss-Dattel-Creme mit karamellisierten Walnüssen

Zutaten für zwei Personen

Für die Creme:

10 entsteinte getrocknete Dattel
4 Walnüsse
200 g Schmand
2 EL Schlagsahne
1 TL Honig
1 Prise Zimt
1 TL Zucker

Die Datteln mit vier Esslöffeln Wasser und den Walnüssen mit einem Stabmixer zerkleinern. Schmand mit Sahne, Honig, Zimt und Zucker mit einem Schneebesen unterrühren.

Für den Walnuss-Karamell:

4 Walnüsse
5 TL Zucker

Walnüsse grob hacken. Zucker in einer Pfanne schmelzen lassen und Walnüsse darin wenden. Abkühlen lassen.

Das Dessert in Gläsern anrichten und servieren.