

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 29. November 2019** ▪
Finalgericht von Mario Kotaska



**Rosa gebratene Barbarie-Entenbrust mit
Balsamicozwetschgen, Spitzkohl und Kartoffelgratin**

Zutaten für zwei Personen

Für die Ente: Den Ofen auf 150 Grad Umluft vorheizen.

2 weibliche Barbarie-Entenbrüste
 2 Zweige Thymian
 5 Wacholderbeeren
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Entenbrust von Sehnen befreien und die Haut vorsichtig rautenförmig einritzen. Dabei nicht ins Fleisch schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und ohne Öl zuerst auf der Haut krossbraten, anschließend mit Thymian und Wacholderbeeren auf der Fleischseite kurz weiterbraten. Im Backofen schwebend rosa garen (Pfanne jedoch aufbewahren) und vor dem Servieren eventuell die Hautseite nochmal krossen.



**PROFI
TIPP**

Die Pfanne am Anfang nicht zu heiß machen, da die Ente sich durch die plötzliche Hitze sonst zusammenzieht und nicht auf der ganzen Haut gebraten werden kann.

Für die Zwetschgen: Zwetschgen waschen, trockentupfen und vierteln. Zucker in einer Pfanne karamellisieren und mit Balsamico und Weinbrand ablöschen und einreduzieren. Geviertelte Zwetschgen hinzugeben und darin weichschmoren.

6 Zwetschgen
 20 g Zucker
 10 cl alter Balsamico
 4 cl Weinbrand

Für den Spitzkohl: Majoran abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Spitzkohl ohne Strunk in feinste Julienne schneiden und mit Salz leicht ankneten. Im so entstandenen Wasser zusammen mit Butter weichdünsten und vor dem Servieren mit gehacktem Majoran, Salz und Pfeffer abschmecken.

½ Spitzkohl
 10 g Butter
 4 Zweige Majoran
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Kartoffeln: Kartoffeln schälen. Die geschälten Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden und in Butter-Sahne-Milch-Mischung ankochen. Muskatnuss reiben. Salz, Pfeffer und eine Prise Muskatnuss dazugeben und verrühren. In eine feuerfeste Form geben und im Backofen bei 220 Grad gratinieren. Parmesan reiben. 5 Minuten vor Ende mit Parmesan bestreuen und goldgelb fertigbacken.

200 g vorwiegend festkochende
 Kartoffeln
 10 g Butter
 100 ml Sahne
 100 ml Milch
 50 g Parmesan
 1 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Zusatzzutaten von Florian: *Der Riesling ging bei Florian in den Spitzkohl, der in Scheiben geschnittene Ingwer mit in die Pfanne zur Ente und die Ente wurde in Entenschmalz angebraten.*

Zusatzzutaten von Dorina: *Dorina dekorierte ihr Gericht mit dem rote Bete Pulver, löschte die Ente mit Rotwein ab und nutzte das Butterschmalz für den Gratin und das Anbraten der Ente.*

*2 TL rote Bete Pulver, 200 ml Rotwein,
Butterschmalz*

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 29. November 2019 ▪
Zusatzgericht von Mario Kotaska



Gebackene Avocado mit Paprika-Quinoa

Zutaten für zwei Personen

Für die gebackene Avocado:
2 Avocado
1 Zitrone
100 g Panko
4 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Avocado halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel herauslösen. Das so entstandene Fruchtfleisch in fingerdicke Scheiben schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in Panko wälzen. Dabei gut andrücken und erst unmittelbar vor dem Servieren in Olivenöl von beiden Seiten goldbraun ausbacken. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Vor dem Servieren entfetten und mit Zitronensaft beträufeln.



**PROFI
TIPP**

Beim Auspressen der Zitrone immer ein Sieb unter die Zitrone halten, um die Kerne aufzufangen.

Für das Paprika-Quinoa:
2 rote Paprika
100 g Quinoa
2 kleine rote Zwiebeln
200 ml Kokosmilch
2 EL Harissa
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Aus dem restlichen Avocado-Fleisch mit 1 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer und Harissa eine Guacamole herstellen.

Quinoa ca. 10 Minuten in Kokosmilch kochen, dann abschütten und zugedeckt ausquellen lassen.

Paprika von Kernen und Scheidewänden befreien und in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln abziehen, kleinwürfeln und zusammen mit Paprika in 1 EL Olivenöl farblos anschwitzen. Mit restlicher Kokosmilch ablöschen und gut einköcheln lassen. Mit Quinoa vermengen.

Für die Garnitur:
½ Bund Koriander

Koriander abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Gericht damit garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.