

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 31. Januar 2018 ▪
"Kohl-Gerichte" mit Mario Kotaska



Laura Schmidt

Zweierlei vom Rosenkohl:

Süppchen mit Chorizo und Praline mit Schnittlauch-Dip

Zutaten für zwei Personen

Für das Süppchen: Rosenkohl putzen, waschen und den holzigen Strunk herausschneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Kartoffel waschen, schälen und würfeln. Parmesan reiben.
200 g Rosenkohl
100 g Chorizo
1 kleine mehligkochende Kartoffel
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
500 ml Gemüsefond
1 EL Butter
250 ml Sahne
30 g Parmesan
1 TL Edelsüßpaprika
1 Zitrone (Saft + Abrieb)
Muskatnuss, zum Reiben
2 EL Chiliöl, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einem Topf erhitzen, Kartoffelwürfel und Rosenkohl darin anbraten. Schalotten- und Knoblauchwürfel zugeben, Paprikapulver drüberstreuen und alles ca. 2 Minuten anschwitzen. Mit Fond und Sahne aufgießen, Parmesan zugeben und die Suppe ca. 10 Minuten köcheln lassen. Anschließend durch ein feines Sieb passieren. Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen und ca. 1 TL Schalenabrieb abreiben. Die Suppe nochmals kurz aufkochen und mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und –abrieb, Chiliöl und frisch geriebener Muskatnuss abschmecken.

Chorizo in Scheiben schneiden und in einer Pfanne ohne Fett knusprig auslassen. Herausnehmen, auf Küchenpapier auslassen und vor dem Anrichten im Süppchen anrichten.

Für die Praline: Eine Fritteuse auf 170 Grad vorheizen.
100 g Rosenkohl
150 g gemischtes Hackfleisch
2 Eier
300 ml Gemüsefond
1 TL mittelscharfer Senf
8 EL Mehl
8 EL Semmelbrösel
30 g Parmesan
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Rosenkohl putzen, waschen und im Gemüsefond ca. 10 Minuten blanchieren. Abgießen, abschrecken und mit Küchenpapier trocknen. Parmesan reiben. 1 Ei trennen, Eigelb mit Hackfleisch, Muskat, Senf, Salz, Pfeffer verkneten. Das übrige Ei verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen. Parmesan und Semmelbrösel, das verquirlte Ei und das Mehl in drei Teller verteilen. Je 1 EL Hackfleischmischung um den Rosenkohl verteilen und zu einer Praline formen. Vorgang wiederholen, bis die Hack-Mischung aufgebraucht ist. Die Pralinen zuerst im Mehl, dann im Ei und zuletzt im Semmelbrösel-Parmesan-Mix wenden. Pralinen in der Fritteuse goldbraun frittieren. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Dip: Crème Fraîche und Quark verrühren. Ca. 1 TL Zitronenschalenabrieb
2 EL Crème Fraîche abreiben. Dann Zitrone halbieren und ca. 1 TL Saft auspressen. Beides
2 EL Quark (40 % Fett) unterrühren. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und die Halme in
1 Zitrone (Saft + Abrieb) feine Röllchen schneiden. Schnittlauch unter den Dip rühren und zuletzt
¼ Bund Schnittlauch mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zweierlei vom Rosenkohl: Süppchen mit Chorizo und Praline mit
Schnittlauch-Dip auf Tellern anrichten und servieren.



Ingo Haussmann

Entenbrust mit Rotkohl-Salat und Kohlrabi-Stiften im Parmesanmantel

Zutaten für zwei Personen

Für die Entenbrust:

- 2 Entenbrüste, ca. 180 g
- 4 Schalotten
- 50 ml Portwein
- 200 ml Entenfond
- 2 Knoblauchzehen
- Ingwerknolle, ca. 2 cm
- 4 Zweige Rosmarin
- 30 ml schwarzes Johannisbeersirup
- 2 EL Akazienhonig
- 2 EL Balsamicoessig
- 1 EL Zucker
- 50 g kalte Butter
- Grobes Meersalz, zum Würzen
- Tellicherry Pfeffer, zum Würzen
- Chili, aus der Mühle

Ofen 120 Grad Ober- Unterhitze vorheizen, Gitterrost in der mittleren Schiene positionieren.

Entenbrust auf der Hautseite rautenförmig einschneiden. Butter in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen und die Entenbrust auf der Hautseite goldbraun ca. 4 Minuten braten. Bratensatz aufbewahren.

Entenbrust mit der Hautseite nach oben auf den Gitterrost in die oberste Schiene des vorgeheizten Ofens geben und ca. 10 Minuten zu Ende garen. Herausnehmen und vor dem Anschneiden mindestens 5 Minuten ruhen lassen.

Schalotten abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Den Ingwer klein schneiden. Knoblauchzehen abziehen und pressen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln. Schalotten in der Pfanne mit dem zuvor entstandenen Bratensatz anschwitzen, dann mit Portwein und Entenfond aufgießen. Knoblauch, Ingwer und Rosmarin zugeben und die Flüssigkeit auf die Hälfte einköcheln lassen. Mit Johannisbeersirup, Akazienhonig, Balsamicoessig, Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken. Nochmals einreduzieren lassen und zuletzt mit kalter Butter binden. Die Entenbrust zum Anrichten in Tranchen auf dem Schalottenbett anrichten.

Für den Salat:

- 400 g Rotkohl
- 50 g Walnusshälften
- 3 EL Preiselbeeren aus dem Glas
- 6 EL Walnussöl
- 4 EL heller Balsamicoessig
- 4 EL Portwein
- 3 TL Zucker
- Fleur de Sel, zum Würzen
- Tellicherry Pfeffer, zum Würzen
- Chili, aus der Mühle

Rotkohl waschen, in sehr feine Streifen schneiden oder hobeln. Dann in eine große Schüssel geben und mit etwas Salz kräftig kneten. Walnussöl, Balsamicoessig und Portwein zu einer Vinaigrette verrühren und mit dem Rotkohl mischen. Die Walnüsse grob hacken und mit den Preiselbeeren unter den Rotkohl heben. Den Salat mit Salz, Pfeffer, Zucker und Chili würzen und bis zum Anrichten ziehen lassen.

Für die Kohlrabi-Stifte:

- 2 Kohlrabiköpfe
- 2 Eier
- 80 g Parmesan
- 80 g Pankobrösel
- 200 ml Sonnenblumenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kohlrabi schälen und in dünne Stifte (ca. 1 cm Dicke) schneiden. Auf Küchenpapier gründlich trocken tupfen.

Den Parmesan in einem Universalzerkleinerer fein mahlen und mit dem Panko sowie Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben. Die Eier in einer zweiten Schüssel verquirlen, mit Salz würzen.

Die Stifte mit dem Ei benetzen dann in der Parmesan-Panko-Panade wenden. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Stifte darin unter Wenden ca. 5 Minuten goldbraun frittieren. Abschöpfen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Entenbrust mit Rotkohl-Salat und Kohlrabi-Stiften im Parmesanmantel auf Tellern anrichten und servieren.



Ela Feldenz

Blumenkohl-Risotto mit Perlhuhnbrust und lila Blumenkohl-Brösel

Zutaten für zwei Personen

Für das Risotto:

200 g Risotto-Reis
 1 kleiner Blumenkohlkopf
 3 Staudensellerie-Stangen
 1 kleine Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 70 g Parmesan
 80 g Butter
 150 ml trockener Weißwein
 500 ml Gemüsefond
 4 Zweige glatte Petersilie
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Blumenkohl waschen und in kleine Röschen teilen. Staudensellerie waschen und klein schneiden. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und würfeln. Den Gemüsefond in einem Topf erwärmen. Die Petersilie abbrausen und trockenwedeln. In einem Topf etwas Olivenöl und 1 EL Butter erhitzen und darin Zwiebeln und Knoblauch dünsten. Risotto-Reis hinzugeben, kurz mitdünsten und mit Weißwein ablöschen. Die Blumenkohlröschen in den Fond geben. Schöpflöffelweise den Fond zum Risotto geben, bis der Fond aufgebraucht ist. Wenn die Blumenkohlröschen weich werden, diese ebenfalls zum Risotto geben und ggf. etwas zerdrücken. Parmesan reiben. Die restliche Butter und den Parmesan unter das Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Perlhuhnbrust:

2 Perlhuhnbrüste, mit Haut
 1 Msp. Edelsüßpaprika
 1 Msp. mildes Chilipulver
 Rapsöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Fleisch kalt waschen, sorgfältig trocken tupfen, mit Rapsöl bestreichen und mit Chilipulver, Paprikapulver, Salz und Pfeffer bestreuen. In einer Grillpfanne von beiden Seiten ca. 4 Minuten kräftig anbraten. Anschließend im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten zu Ende garen.

Für die lila Blumenkohl-Brösel:

6 eingelegte Sardellen in Öl
 2 Scheiben altbackenes Brot (Ciabatta)
 100 g lila Blumenkohl
 1 getrocknete Chilischote
 Olivenöl, zum Anbraten

Die Sardellen abtropfen lassen. Das Brot in kleine Stücke reißen. Den lila Blumenkohl waschen und in kleine Röschen teilen. Das Brot mit Sardellen, Chili und etwas Olivenöl in einem Mixer zerkleinern. Die Masse, zusammen mit dem Blumenkohl, in etwas Olivenöl in einer Pfanne goldbraun braten.

Blumenkohl-Risotto mit Perlhuhnbrust und lila Blumenkohl-Brösel auf Tellern anrichten und servieren.



Lucas Finke

Weißkohlplätzchen mit Lammkarree, Weißkohl-Creme und Ofentomaten

Zutaten für zwei Personen

- Für das Fleisch:** Den Ofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Lammkarree waschen, trocken tupfen. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin mit dem Rosmarin ca. 3 Minuten scharf anbraten, dann im vorgeheizten Ofen für ca. 15 Minuten zu Ende garen. Die Kerntemperatur sollte bei 55 Grad sein. Dann herausnehmen, abkühlen lassen und vor dem Anrichten in Tranchen schneiden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 250 g Lammkarree, am Stück
3 Zweige Rosmarin
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Plätzchen:** Weißkohl waschen, Strunk herausschneiden und mit einem V-Hobel ganz fein hobeln. Mehl, Eier und Kohl miteinander vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Butterschmalz in einer Pfanne schmelzen und die die Plätzchen-Masse in einem runden Ausstecher portionsweise unter Wenden ca. 5 Minuten goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- 300 g Weißkohl
3 Eier
30 g Mehl
5 EL Butterschmalz, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Creme:** Kohl waschen, Strunk entfernen und klein schneiden. In dem Fond ca. 7 Minuten weich kochen. Zwei Drittel von dem Fond abgießen. Sahne und Butter zugeben, alle fein pürieren und nochmals durch ein Sieb passieren. Zuletzt mit Salz, Pfeffer, Rauchsatz und frisch geriebener Muskatnuss abschmecken.
- 250 g Weißkohl
100 ml Sahne
300 ml Gemüsefond
Muskatnuss, zum Reiben
1 Msp. Rauchsatz, zum Abschmecken
3 EL Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Tomaten:** Einen weiteren Ofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Kräuter abbrausen, trockenwedeln. Knoblauchzehe leicht andrücken. Tomaten abbrausen, Grün dran lassen. Kräuter, Knoblauch, Olivenöl, Puderzucker und Tomaten auf ein Blech geben und im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten schmoren lassen. Tomaten anschließend abkühlen lassen. Knoblauch und Kräuterzweige vor dem Anrichten entfernen.
- 150 g Cherryrispentomaten
1 Prise Puderzucker
3 Knoblauchzehen
4 Zweige Thymian
4 Zweige Rosmarin
2 Zweige Basilikum
frisch gemahlener weißer Pfeffer
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Weißkohlplätzchen mit Lammkarree, Weißkohl-Creme und Ofentomaten auf Tellern anrichten und servieren.