

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 22. Mai 2018 ▪  
Leibgericht mit Johann Lafer



**Andreas Pfetsch**

**Rinderfilet Café de Paris mit getrüffeltem Kartoffelpüree**

**Zutaten für zwei Personen**

- Für das Kartoffelpüree:** Den Ofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.  
 300 g mehlig kochende Kartoffeln  
 120 ml Milch  
 1 TL Trüffelöl  
 30 g Trüffelbutter  
 50 ml Sahne  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle  
 Kartoffeln schälen, waschen, in Stücke schneiden und in einem Topf mit Wasser und Salz garen. Abgießen und abdampfen lassen.  
 Milch und Trüffelöl in einem großen Topf aufkochen. Kartoffeln durch die Presse drücken und zur Milch geben. Rühren bis ein geschmeidiges Püree entstanden ist. Mit Trüffelbutter, Salz und Pfeffer abschmecken und zugedeckt warm halten. Sahne steif schlagen und kurz vor dem Servieren unterheben.
- Für die Sauce Café de Paris:** Die Sardelle kleinhacken. Schalotten abziehen und würfeln. Butter, Sardelle, Schalotten, Kapern, Senf, Ketchup und Cognac in ein hohes Gefäß geben und mit einem Stabmixer pürieren. Estragon abrausen und trockenwedeln. Blättchen abzupfen, sehr fein hacken und unterrühren. Mit Worcestersoße, Salz und Pfeffer abschmecken. 50 g Butter zugedeckt ca. 30 Minuten kalt stellen und die restliche Butter untermixen.  
 1 Sardellenfilet  
 2 Schalotten  
 100 g weiche Butter  
 20 ml Sahne  
 1 TL Kapern  
 1 TL Dijonsenf  
 1½ EL Tomatenketchup  
 ½ EL Cognac  
 ½ TL Worcestersauce  
 3 Stiele Estragon  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle  
 Sahne steif schlagen. 2 EL geschlagene Sahne beiseite stellen. Rest in einem Topf aufkochen und Hitze reduzieren. Die kaltgestellte Butter in Stückchen nach und nach darunter schlagen. Beiseite gestellte Sahne unter die Sauce heben.
- Für das Steak:** Das Schmalz in einer Pfanne stark erhitzen. Steaks darin von jeder Seite ca. 1 Minute kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Auf mittlere Hitze herschalten. Pro Seite für 3-4 Minuten weiterbraten. Aus der Pfanne nehmen und Steaks ca. 10 Minuten bei 100 Grad im Ofen ruhen lassen.  
 2 Filetsteaks vom Rind à 250g  
 1 EL Butterschmalz  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Garnitur:** Die Kerbel abrausen, trockenwedeln und Blättchen abzupfen.  
 3 Zweige Kerbel

Das Steak auf Tellern anrichten, getrüffeltes Kartoffelpüree platzieren, mit Sauce Café de Paris darüber geben, mit Kerbel garnieren und servieren.



Alexandra Nieder

## Schweinefilet im Speckmantel, Balsamico-Erdbeeren mit grünem Spargel und Parmesan-Fächerkartoffeln

Zutaten für zwei Personen

- Für die Parmesan-Fächerkartoffeln:** Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.  
 2 kleine festkochende Kartoffeln Kartoffeln schälen und dicht einschneiden, aber nicht durchschneiden.  
 50 g Parmesan Kartoffelfächer mit Butter bestreichen und im Backofen 30 Minuten garen lassen. Parmesan reiben. Zwischendurch mit Butter bestreichen und 10 Minuten vor Ende der Garzeit Parmesan bestreuen.  
 4 EL Butter
- Für das Schweinefilet im Speckmantel:** Das Schweinefilet abrausen und trockentupfen. Fleisch mit Speck ummanteln und Honig darüberstreichen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Fleisch 5-7 Minuten scharf anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen und im vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten garen. Zwischendurch mit Bratensaft begießen und am Ende 5-10 Minuten ruhen lassen.  
 1 Schweinefilet á 300 g  
 16 Scheiben Frühstücksspeck  
 3 EL Honig  
 2 EL Olivenöl
- Für die Balsamico-Erdbeeren und den grünen Spargel:** Die Erdbeeren waschen, vom Strunk befreien und in feine Würfel schneiden. Basilikum abrausen, trockenwedeln und in dünne Streifen schneiden.  
 300 g grüner Spargel  
 350 g Erdbeeren  
 2 EL Butterschmalz  
 ½ Bund Basilikum  
 150 ml heller Balsamico-Essig  
 60 g Zucker  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle  
 Zucker in einer Pfanne bei mittlerer Hitze karamellisieren, Essig hinzufügen und ca. 3 Minuten köcheln. Erdbeeren darin kurz erwärmen und Basilikum einrühren. Mit wenig Salz und Pfeffer abschmecken.  
 Spargel wasche, trocken tupfen, vom unteren Teil befreien, in kleine Stücke schneiden und 5-10 Minuten in Butterschmalz in einer Pfanne braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Balsamico-Erdbeeren unterheben.
- Die Balsamico-Erdbeeren mit Spargel auf Tellern anrichten, das Schweinefilet im Speckmantel dazu geben, Parmesan-Fächerkartoffeln platzieren und servieren.



Oi Holler

## Flammierte Garnelen mit Minz-Tabouleh und Wildkräutersalat

Zutaten für zwei Personen

### Für die Garnelen:

10 Riesengarnelen (küchenfertig)  
2 Schalotten  
2 Knoblauchzehen  
50 g Butter  
100 ml Sahne  
100 ml Olivenöl  
150 ml Absynth  
Salz, aus der Mühle  
Bunter Pfeffer, aus der Mühle

Die Garnelen waschen und trockentupfen. Schalotte abziehen und würfeln. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Olivenöl mit Butter in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch und Schalotten darin anschwemken. Garnelen dazugeben und durchschwemken. Absynth dazugeben und flambieren. Garnelen entnehmen, Sud mit Sahne, Pfeffer und Salz verfeinern und aufkochen lassen.

### Für das Minz-Tabouleh:

125 g Bulgur  
200 g Eiertomaten  
½ Gurke  
1 Zitrone (Saft)  
2 rote Zwiebeln  
50 g Pinienkerne  
50 g Butter  
150 ml Acceto Balsamico Bianco  
½ Bund glatte Petersilie  
½ Bund Minze  
1 Prise Zimt  
1 Prise Zucker  
Olivenöl, zum Anbraten  
Fleur de sel, zum Abschmecken  
Bunter Pfeffer, aus der Mühle

150 ml Wasser mit Salz in einem Topf aufkochen. Bulgur hinzugeben und bei geringer Hitze ca. 8 Minuten kochen. Zum Abkühlen ein wenig Butter unterrühren.  
Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne anrösten und abkühlen lassen. 2 TL für den Salat bei Seite legen. Tomaten waschen, trockentupfen, vierteln, entkernen und würfeln.  
150 g für den Salat bei Seite stellen. Gurke schälen, vierteln, entkernen und würfeln.  
Zwiebeln abziehen und würfeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebeln darin anschwemmen. Mit Balsamico ablöschen und einkochen lassen.  
Petersilie und Minze abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Bulgur in eine Schale füllen. Zwiebeln, Pinienkerne, Gurken und Tomatenwürfel, Petersilie, Minze und Olivenöl hinzugeben. Alles gut durchmengen. Zitrone halbieren, Saft auspressen und auffangen. Tabouleh mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Zucker und Zimt abschmecken.

### Für Wildkräutersalat mit Vinaigrette:

150 g Wildkräutersalat mit Blüten  
100 ml Weißweinessig  
100 ml Gemüsefond  
40 g Sesamsaat  
50 ml Sesamöl  
50 ml Sonnenblumenöl  
50 g Zucker  
Salz, aus der Mühle  
Bunter Pfeffer, in der Mühle

Den Salat waschen und trocken schleudern. Restliche Tomaten, Pinienkerne und Sesamsaat in eine Schüssel geben und mit dem Salat vermengen.  
Essig mit Fond in einem kleinen Schälchen verrühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Sesamöl und Sonnenblumenöl mit einem Schneebesen ordentlich unterrühren.  
Vinaigrette mit dem Salat gut durchmischen.

### Für die Garnitur:

40 g Sesamsaat

Das Minz-Tabouleh auf Tellern anrichten, Garnelen mit Sud dazu platzieren, Wildkräutersalat dazugeben, mit Sesamsaat garnieren und servieren.



Irene Volante

## Spargel-Risotto mit Lachs im Pistazien-Sesam-Mantel

Zutaten für zwei Personen

- Für das Risotto:** Die Frühlingszwiebeln waschen, trocken tupfen, äußere Schale abziehen, Strunk entfernen und in feine Streifen schneiden. Weißen und grünen Spargel waschen und trocken tupfen. Weißen Spargel schälen, das holzige Ende des weißen und grünen Spargels entfernen und in 4 cm große Stücke schneiden. Spargelspitzen separat sortieren und restlichen Spargel in zwei Portionen aufteilen.
- 120 g Carnaroli-Reis  
200 g grünen Spargel  
100 g weißer Spargel  
30 g Frühlingszwiebel  
100 ml trockener Prosecco  
500 ml Gemüsefond  
20 g Parmesan  
50 g kalte Butter  
Olivenöl, zum Braten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Öl in einer Pfanne erhitzen und Frühlingszwiebeln andünsten. Reis und eine Portion Spargel dazugeben und andünsten. Mit Prosecco ablöschen. Zweite Portion Spargel und Gemüsefond in einem Topf erhitzen. Spargel herausnehmen und in einem hohen Gefäß pürieren. Spargelpüree zum Risotto geben. Gemüsefond nach und nach zum Reis geben und langsam einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Parmesan reiben und mit 30 g kalter Butter unter das Risotto heben.
- Spargelspitzen längs halbieren. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Spargelspitzen anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und unter das Risotto heben.
- Für den Lachs:** Den Lachs waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Pistazien fein hacken und mit schwarzem und weißem Sesamsamen vermischen. Lachsfilets in Pistazien-Sesam-Mischung wälzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Lachs darin kurz anbraten.
- 2 Lachsfilets á 250 g (ohne Haut)  
2 EL schwarzer Sesam  
2 EL weißer Sesam  
2 EL Pistazien  
Olivenöl, zum Braten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Garnitur:** Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Die Pistazien kleinhacken.
- 2 Stiele Petersilie  
5 Pistazien

Das Spargel-Risotto in tiefe Teller geben, Lachs in Pistazien-Sesam-Mantel darauf platzieren, mit Petersilie und Pistazien garnieren und servieren.



**Benjamin Gram**

## **Pappardelle mit Bolognese-Sauce**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Bandnudeln:** Das Mehl, Eier, und Olivenöl vermengen. Mit Salz abschmecken. Alles ca. 10 Minuten zu einer Kugel kneten. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und in Streifen schneiden. In kochendem Salzwasser 3-5 Minuten kochen.

- 300 g Mehl
- 3 Eier
- 2 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle

**Für die Bolognese-Sauce:** Die Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein hacken. Staudensellerie waschen und trockentupfen. Karotte schälen, zusammen mit der Staudensellerie in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebeln, Knoblauch, und Hackfleisch anbraten. Karotte, Staudensellerie und Tomatenmark dazugeben und kurz mit anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und Rotwein ablöschen. Tomaten dazugeben und mit Zucker abschmecken. Fleischfond hinzufügen. Basilikum und Petersilie abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Mit den Lorbeerblättern dazugeben, kurz aufkochen und weiter köcheln lassen. Mit Salz, Kräutern der Provence und Pfeffer abschmecken.

- 250 g Hackfleisch (Rind/Schwein)
- 1 große Karotte
- 3 Stangen Staudensellerie
- 2 Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 400 g gehackte Tomaten (mit Saft)
- 1 EL Tomatenmark
- 250 ml Fleischfond
- 300 ml Rotwein
- 3 Lorbeerblätter
- ½ Bund glatte Petersilie
- ½ Bund Basilikum
- Zucker, zum Abschmecken
- Olivenöl, zum Anbraten
- Kräuter der Provence, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Für die Garnitur:** Den Parmesan reiben. Nudeln in die Sauce geben und einmal kurz durchschwenken. Basilikum abrausen, trockenwedeln und Blätter zupfen.

- 50 g Parmesan
- 1 Stiel Basilikum

Die Pappardelle mit Bolognese-Sauce auf Tellern anrichten, mit Parmesan bestreuen, mit Basilikum garnieren und servieren.