



## | Die Küchenschlacht - Leibgerichte vom 16. November 2009 |

### *„Entenbrust mit Rosmarinkartoffeln und Johannisbeerlikör“ von Maggy Crüts*

#### **Zutaten für zwei Personen**

2	Entenbrüste, à 200 g, mit Fett und Haut
2	Kartoffeln, festkochend
200 g	Bohnen, grün
50 g	Bauchspeck, geräuchert, vom Schwein
2 EL	Pinienkerne, geröstet
1 Zweig	Rosmarin
50 ml	Johannisbeerlikör
3 EL	Honig
2 EL	Balsamico Essig
25 ml	Olivenöl, kalt gepresst
1 EL	Speisestärke
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

#### **Zubereitung**

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Die zwei Entenbrüste waschen und trocken tupfen. 15 Milliliter Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Fettseite der Entenbrüste eckig einschneiden und von beiden Seiten gleichmäßig in der Pfanne anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen, salzen und für 15 Minuten in den Backofen stellen. Danach aus dem Backofen nehmen und die Temperatur auf 200 Grad erhöhen. Die Entenbrüste mit Pfeffer würzen und in Scheiben schneiden.

Den Likör mit dem Balsamico Essig, dem Honig und einem Esslöffel Fett aus der Pfanne, in welcher die Ente angebraten wurde, vermengen, aufkochen und mit der Speisestärke verdicken, bis das Ganze flüssig, aber nicht zu dünn ist.

Die Bohnen blanchieren, anschließend das Wasser aus dem Topf abgießen und die Bohnen in Eiswasser abschrecken. Danach mit dem Bauchspeck umwickeln. Die umwickelten Bohnen im Backofen für zehn Minuten grillen.

Die Kartoffeln schälen, halbieren und anschließend mit dem restlichen Olivenöl, sowie dem Entenbrustfett in eine Pfanne geben. Den Rosmarin vom Zweig zupfen, hinzugeben und das Ganze für 15 Minuten anbraten.

Die Entenbrustscheiben zusammen mit den Rosmarinkartoffeln, den grünen Bohnen und den Pinienkernen auf Tellern anrichten und mit der Likör-Sauce übergießen. Die Teller zusätzlich mit etwas Sauce dekorieren.



## „Hähnchencurry auf einer Ananasinsel“ von Cederic Esmarch

### Zutaten für zwei Personen

250 g	Hähnchenbrustfilet
125 g	Basmatireis
4	Ananasscheiben, aus der Dose
10	Weintrauben, grün, kernlos
250 g	Kirschtomaten
1	Zwiebel
1 Zehe	Knoblauch
75 g	Bambussprossen
200 g	Brauner Zucker
4 EL	Currypaste, rot
50 ml	Kokosnussmilch
2 EL	Fischsauce
	Sonnenblumenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

### Zubereitung

Den Reis 25 Minuten in Salzwasser kochen.

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen, würfeln und bei mittlerer Hitze in der Pfanne mit Sonnenblumenöl anschwitzen. Die Kirschtomaten vom Strunk befreien, halbieren, in die Pfanne geben und bei niedriger Hitze so lange köcheln lassen, bis sie zerfallen. Anschließend mit der Kokosnussmilch ablöschen und die Currypaste hinzugeben. Die Weintrauben halbieren und zusammen mit den Bambussprossen dazugeben und weiter köcheln lassen.

Das Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Sonnenblumenöl in der Pfanne erhitzen und das Fleisch darin anbraten. Mit der Fischsauce würzen und anschließend mit in die Currysauce geben.

Die Ananasringe in dem braunen Zucker panieren, in die Pfanne geben und flambieren.

Den Reis abgießen.

Das Hähnchencurry auf der Ananasinsel zusammen mit dem Reis auf Tellern anrichten.



## **„Saltimbocca mit Spaghetti und gebratenem Spargel“ von Gina Hartmann**

### **Zutaten für zwei Personen**

4	Kalbsschnitzel, à 50 g, dünn geschnitten
100 g	Spaghetti
200 g	Spargel, grün
4 Scheiben	Parmaschinken, dünn geschnitten
1 Schote	Vanille
1 Zehe	Knoblauch
1 Knolle	Ingwer
4	Salbeiblätter
25 ml	Balsamico, alt
125 ml	Weißwein, trocken
50 ml	Marsala
4 EL	Butter, kalt
	Olivenöl, zum Anbraten
	Puderzucker, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 50 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Nudeln in kochendem Salzwasser bissfest garen.

Die Schnitzel waschen und trocken tupfen. Auf jedes Schnitzel eine Scheibe Schinken und ein Salbeiblatt legen und das Ganze mit Holzspießen befestigen. Zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne zerlassen, die Saltimbocca hineingeben und auf der Fleischseite drei Minuten braten. Leicht salzen und pfeffern, herausnehmen und im Ofen warm halten.

Den Bratsatz mit dem Weißwein und dem Marsala ablöschen und kräftig aufkochen lassen. Die übrige Butter hinzufügen. Anschließend die Saltimbocca wieder zurück in die Pfanne geben.

Den Spargel an den Enden schälen und dann in Olivenöl braten. Die Vanilleschote längs halbieren und auskratzen. Das Mark hinzufügen. Den Knoblauch abziehen, halbieren und ebenfalls in die Pfanne geben. Eine Scheibe Ingwer schälen und abschließend ebenfalls dem Spargel hinzufügen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen, mit dem Balsamico und Puderzucker abschmecken und ziehen lassen.

Die Spaghetti abgießen und zusammen mit den Saltimbocca, der Sauce und dem gebratenen Spargel anrichten.



## **„Munderuption“ von Sedat Yildiz**

### **Zutaten für zwei Personen**

200 g	Sardinen, türkisch
2	Paprika, rot, spitz
2	Paprika, grün, spitz
2	Lauchzwiebeln
3	Zwiebeln
12	Cocktailtomaten
2	Zitronen, unbehandelt
3	Eier
300 g	Mehl
50 g	Tomatenmark, 3-fach konzentriert
50 g	Kräuterbutter
30 g	Maismehl, fein
1 Bund	Petersilie, glatt
100 ml	Speiseöl
70 ml	Olivenöl
30 g	Sumak
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Die Eier, das Mehl und 20 Milliliter Olivenöl zu einem Teig verarbeiten. Den Teig ordentlich durchkneten und abschließend zu einer Kugel formen. Die Arbeitsfläche und die Hände mit Mehl bestäuben und die Kugel zu einer Fläche ausrollen. Anschließend in der Nudelmaschine zu Spaghetti verarbeiten.

Die Spaghetti in kochendem Salzwasser bissfest garen.

Eine Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen.

Die Sardinen waschen, trocken tupfen und mit dem Zitronensaft säuern. Danach salzen und durch das Maismehl ziehen. Anschließend das Speiseöl in eine Pfanne geben und die Sardinen darin bei hoher Hitze anbraten, bis das Maismehl goldgelb ist. Dann den Fisch aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier geben, damit das Öl etwas abtropft.

Die rote und die grüne Paprika vom Strunk befreien, aufschneiden und beide von den Scheidewänden befreien. Die Zwiebeln abziehen. Die erste Zwiebel in feine Scheiben schneiden, die restlichen grob würfeln. Die Petersilie abzupfen und von den Stielen befreien. Die erste Hälfte der Petersilie grob hacken, die andere Hälfte fein hacken. Die Cocktailtomaten vom Strunk befreien und vierteln. Die Lauchzwiebeln in 0,5 Zentimeter dicke Scheiben schneiden.

30 Milliliter Olivenöl in eine weitere Pfanne geben. Sechs Cocktailtomaten, die rote und die grüne Paprika, das Tomatenmark, die grob gehackte Petersilie und die fein geschnittene Zwiebel hineingeben und das Ganze anbraten.

Die Spaghetti abgießen und zu dem Gemüse in die Pfanne geben. Anschließend das Ganze drei Minuten ziehen lassen.

Die restliche Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Die Lauchzwiebeln abziehen und in Ringe schneiden.

Die restlichen Cocktailtomaten, die restlichen Zwiebeln, die Lauchzwiebeln und die restliche Petersilie mit dem Sumak und dem Zitronensaft abschmecken und das restliche Olivenöl hinzugeben. Das Ganze salzen und pfeffern.

Die Kräuterbutter über die Nudeln und das Gemüse geben und gut vermengen.

Dieses nun auf Teller geben, die Sardinen über die Nudeln geben und mit dem Zwiebelsalat anrichten.



## **„Schweinefilet mit Biersauce und Semmelknödeln“ von Sabine Greiner**

### **Zutaten für zwei Personen**

2	Schweinefilets, à 200 g
150 g	Brötchen, zwei Tage alt
2 Zehen	Knoblauch
1	Zwiebel
2	Eier
20 g	Butter, kalt
100 ml	Kalbsfond
125 ml	Milch
100 ml	Starkbier
1 EL	Kümmel
1	Muskatnuss
1 Bund	Petersilie, glatt
	Butterschmalz, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 50 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Brötchen in dünne Scheiben schneiden.

Die Milch in einen Topf geben und leicht erwärmen. Die Eier aufschlagen, hineingeben und gut vermengen. Die Muskatnuss reiben und dann damit würzen.

Die Hälfte der Butter in eine Pfanne geben. Die Zwiebel abziehen, klein hacken und in der Pfanne farblos anschwitzen.

Zwei Esslöffel Petersilie abzupfen. Diese mit der Eiernmilch und den Zwiebelwürfeln zu den Brötchen geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und anschließend das Ganze gut mit der Hand verkneten.

Aus der Masse dann mit angefeuchteten Händen glatte Knödel formen und in Salzwasser 15 bis 20 Minuten sieden lassen, bis die Knödel an die Oberfläche steigen.

Butterschmalz in eine Pfanne geben und erhitzen.

Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in zwei Stücke schneiden. Danach beide Stücke plattieren und von beiden Seiten salzen und pfeffern.

Das Fleisch in die Pfanne geben und von jeder Seite vier Minuten braten, dabei immer wieder mit Butterschmalz übergießen.

Danach das Fleisch aus der Pfanne nehmen und im Ofen warm halten.

Die Hälfte des Fettes aus der Pfanne abgießen. Die Knoblauchzehen abziehen und leicht andrücken. Diesen nun mit dem Kümmel in die Pfanne geben und mit dem Starkbier ablöschen. Anschließend den Kalbsfond einrühren und sieben Minuten kochen lassen. Zum Schluss den Fond sieben.

Nun die übrige Butter in die Sauce geben, um diese etwas anzudicken.

Die Schweinefilets auf Teller geben, die Semmelknödel dazugeben und das Ganze mit der Biersauce übergießen. Abschließend Petersilie hacken und mit dieser garnieren.



## **„Kartoffelkrautsalat mit Kasseler, Schweinerippe und Regensburger“ von Michael Oenicke**

### **Zutaten für zwei Personen**

1	Kasseler Rippe, à 400 g, aus der Brust, mit Knochen und Knorpel
1	Schweinerippe, dick
400 g	Kartoffeln, festkochend, klein
2	Regensburger Brühwürste
150 g	Bauchspeck, geräuchert
1	Weißkohl, klein
2 EL	Butterschmalz
15 ml	Sonnenblumenkernöl
1 EL	Senf, mittelscharf
2 EL	Dijonsenf, gekörnt
0,5 Bund	Schnittlauch
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen.

Die Schweinerippe waschen, trocken tupfen und mit dem Öl bepinseln. Das Kasseler ebenfalls mit dem Öl bepinseln. Danach beides auf ein Rost geben, eine Fettpfanne unterstellen und für 30 Minuten in den Backofen schieben.

Den Weißkohl vom Strunk und den äußeren Blättern befreien und in zwei bis drei Zentimeter dicke Streifen schneiden. Den Bauchspeck würfeln. Danach das Butterschmalz in eine Pfanne geben, den Speck hinzugeben und das Ganze anbraten. Anschließend die Weißkohlstreifen hinzugeben und bei mittlerer Hitze fünf Minuten anbräunen lassen.

Weiterhin bei mittlerer Hitze den mittelscharfen Senf hinzufügen und das Ganze mit 15 Millilitern Wasser ablöschen. Bei geschlossenem Deckel für sieben Minuten köcheln lassen. Danach die Pfanne vom Herd nehmen.

Die Kartoffeln abgießen, in Scheiben schneiden und zu dem Speck und dem Weißkohl in die Pfanne geben. Mit Pfeffer und Salz abschmecken und abkühlen lassen.

Die Regensburger in Wasser geben und für zehn Minuten heiß werden lassen.

Das Kasseler und das Schweinefleisch aus dem Backofen nehmen und in Stücke schneiden.

Den Bratsatz aus der Fettpfanne unter den Kartoffelkrautsalat mengen.

Die Regensburger aus dem Wasser nehmen und zusammen mit dem Fleisch und dem Kartoffelsalat auf Tellern anrichten.

Den Schnittlauch in Röllchen schneiden, über den Kartoffelsalat streuen, und den Dijonsenf neben den Regensburgern platzieren.