



| Die Küchenschlacht - Leibgerichte vom 30. November 2009 |

„Entenbrustfilet mit Semmelknödel und Orangensauce“ von Tanja Gellert

Zutaten für zwei Personen

1	Entenbrustfilet, à 400
3	Orangen, unbehandelt
3	Brötchen
1	Zwiebel
20 g	Butter
1 EL	Stärke
125 ml	Milch
3	Eier
150 ml	Weißwein, trocken
2 EL	Weinessig, weiß
4 EL	Orangenlikör
2 EL	Olivenöl
1 Bund	Petersilie, glatt
60 g	Zucker
	Pfeffer, schwarz aus der Mühle
	Salz aus der Mühle

Zubereitung

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Entenbrustfilet waschen, trocken tupfen, die Haut rautenförmig einritzen und mit Pfeffer und Salz würzen. Das Filet mit der Haut nach unten in die Pfanne legen und eine Minute scharf braten. Anschließend das Fleisch mit der Hautseite nach oben für 18 Minuten in den Ofen geben.

Die Milch erwärmen, die Brötchen in Würfel schneiden und mit der warmen Milch übergießen.

Die Petersilie zupfen und fein hacken. Eine Zwiebel abziehen und würfeln. Beides mit einem Teelöffel Butter anschwitzen und zu der Brötchenmasse geben. Anschließend drei Eier aufschlagen, dazu geben und alles mit Salz würzen. Den Teig zu Knödeln formen und 20 Minuten in heißem Salzwasser ziehen lassen.

Die Schale der Orangen abraspeln. Eine Orange von der restlichen Schale befreien und filetieren. Die übrigen Orangen auspressen. Einen Esslöffel Butter in einem Topf schmelzen, Zucker dazu geben und karamellisieren lassen. Den Orangensaft, die Orangenscheiben und die Orangenschale dazu geben und für fünf Minuten köcheln. Den Weißwein mit einem Esslöffel Stärke vermengen, in den Topf geben und aufkochen lassen.

Die Sauce von der Kochstelle nehmen, den Orangenlikör dazu geben und mit Weinessig und etwas Salz abschmecken.

Die Entenbrust aus dem Ofen nehmen, in Scheiben schneiden und mit den Knödeln und der Orangensauce auf Tellern anrichten.



„Gebratene Kalbsleber „Strassburger Art“ mit Braterdäpfeln“ von Friedrich Teltscher

Zutaten für zwei Personen

2	Kalbsleberschnitzel
500 g	Kartoffeln, festkochend
350 g	Butter
250 g	Sonnenblumenöl
100 g	Mehl
25 g	Kartoffelstärke
2	Äpfel
2	Zitronen, unbehandelt
2	Zwiebeln
2 EL	Worcestersauce
1 Bund	Petersilie, glatt
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz aus der Mühle

Zubereitung

Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln in Salzwasser gar kochen.

Die Zwiebeln abziehen, in dünne Ringe schneiden und in Mehl wenden. Die Äpfel schälen, den Strunk ausstechen und in dicke Ringe schneiden. Eine Zitrone halbieren und etwas Saft über die Apfelringe träufeln.

Die Kalbsleberschnitzel waschen, trocken tupfen, in große Stücke zerteilen und eine Seite mit Mehl bestreichen. Anschließend die Leberstücke salzen und pfeffern und in 80 Gramm Butter scharf anbraten. Die Schnitzel aus der Pfanne nehmen und im Backofen warm stellen.

Nun die Kartoffelstärke in die Pfanne geben und mit 250 Milliliter Wasser aufgießen. Anschließend die zweite Zitrone halbieren, in die Pfanne pressen und mit der Worcestersauce rühren. Das Ganze reduzieren lassen.

Die Kartoffeln abgießen, schälen und der Länge nach vierteln. In einer Pfanne 60 Gramm Butter aufschäumen, die Kartoffel dazu geben und zehn Minuten goldbraun braten. Anschließend die Bratkartoffeln mit Salz würzen.

Zum Schluss 100 Gramm kalte Butterwürfel und gehackte Petersilie dazu geben.

Die Zwiebelringe in dem Sonnenblumenöl anbraten und anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen.

In einer Pfanne die restliche Butter aufschäumen lassen und die Apfelringe goldbraun braten.

Die Kalbsleber mit den Bratkartoffeln, den Apfelringen und den Zwiebelringen auf Tellern anrichten.



„Sesampfannkuchen mit gebratenem Feta, Tomatensalat und Tsatsiki “ von Alexandra Heinzl

Zutaten für zwei Personen

4	Romatomaten
150 g	Joghurt
100 g	Feta
75 g	Mehl
2	Eier
1	Salatgurke
7 EL	Milch
4 EL	Rapsöl
3 EL	Paniermehl
2 EL	Weißweinessig
2 EL	Mineralwasser, mit Kohlensäure
1 EL	Sesamkörner
1 Zehe	Knoblauch
1 Bund	Petersilie, glatt
1 Msp.	Backpulver
	Zucker zum abschmecken
	Pfeffer, schwarz aus der Mühle
	Salz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Eier aufschlagen und mit der Milch und einer Prise Salz vermengen. Anschließend das Mehl und das Backpulver dazugeben und zu einem Teig verrühren.

Den Fetakäse in Streifen schneiden, in Paniermehl wenden und leicht andrücken.

Für den Tomatensalat die Petersilie zupfen und hacken. Die Tomaten vom Strunk befreien und in grobe Würfel schneiden. Den Weißweinessig, einen Esslöffel Papsöl und einer Prise Zucker verrühren und mit Pfeffer und Salz würzen. Anschließend die gewürfelten Tomaten und die Petersilie mit der Vinaigrette vermengen.

Für das Tsatsiki eine Knoblauchzehe abziehen und in feine Würfel schneiden. Ein Viertel der Salatgurke schälen, in Würfel schneiden und mit dem Knoblauch in den Joghurt einrühren. Das Ganze mit einer Prise Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Sesam und das Mineralwasser unter den Pfannkuchenteig heben. Den Pfannkuchenteig portionsweise in Rapsöl ausbacken.

Nun den panierten Feta im restlichen Rapsöl an braten.

Die Pfannkuchen mit dem Tomatensalat und dem Feta füllen, auf Tellern anrichten und mit dem Tsatsiki garnieren.



„Kabeljau im Speckmantel mit Spinatsalat und Rosmarinkartoffeln“ von Marc Haese

Zutaten für zwei Personen

2	Kabeljaufilets, à 200 g
4 Scheiben	Bacon
400 g	Kartoffeln, festkochend
200 g	Spinat, jung
40 g	Parmesan
250 ml	Fischfond
1	Zitrone, unbehandelt
1	Zwiebel, klein
6 EL	Sonnenblumenöl
2 EL	Olivenöl
2 EL	Mehl
1 EL	Weißweinessig
1 EL	Meersalz
1 TL	Honig, flüssig
1 TL	Sambal Oelek
2 Zehen	Knoblauch
4 Zweige	Rosmarin
	Pfeffer, schwarz aus der Mühle
	Salz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Rosmarin zupfen und fein hacken. Die Kartoffeln schälen, in grobe Würfel schneiden und bissfest garen. Anschließend die Kartoffelwürfel abseihen und mit dem Rosmarin, dem Olivenöl und dem Meersalz vermengen. Die Kartoffeln auf ein Backblech verteilen und für 25 Minuten in den Backofen schieben.

Den Knoblauch und die Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Beides in zwei Esslöffeln Sonnenblumenöl anschwitzen. Den Honig und das Sambal Oelek dazu geben und mit dem Fischfond ablöschen. Das Ganze zu einer sämigen Sauce einköcheln lassen.

Den Spinat waschen und trocken schleudern. Anschließend den Weißweinessig mit Salz, Pfeffer und zwei Esslöffeln Sonnenblumenöl verrühren und über den Spinat geben. Etwas Parmesankäse reiben um das Gericht danach damit zu garnieren.

Die Kabeljaufilets waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wenden. Anschließend den Fisch mit je zwei Scheiben Bacon umwickeln, mit Zahnstochern feststecken und in dem restlichen Sonnenblumenöl ausbacken.

Die Kabeljaufilets mit dem Spinat und den Rosmarin Kartoffeln auf Tellern anrichten und mit Parmesankäse garnieren.



„Wiener Schnitzel mit steirischem Kartoffel-Gurkensalat“ von Christel Müller

Zutaten für zwei Personen

2	Schnitzel von der Kalbsoberschale, à 120 g
450 g	Kartoffeln, festkochend
100 g	Butterschmalz
75 g	Semmelbrösel
25 g	Mehl
200 ml	Sahne
100 ml	Kalbsfond
1	Salatgurke
1	Zitrone, unbehandelt
1	Schalotte
1	Ei
3 EL	Weißweinessig
3 EL	Sonnenblumenöl
2 EL	Kürbiskernöl
1 EL	Speck, am Stück
1 EL	Butter
1 EL	Senf, mittelscharf
1 Msp	Kümmel
1 Bund	Schnittlauch
	Pfeffer, schwarz aus der Mühle
	Salz aus der Mühle

Zubereitung

Die Kartoffeln mit etwas Kümmel in kochendes Salzwasser gar kochen.

Die Kalbsschnitzel mit Sonnenblumenöl einreiben und zwischen Klarsichtfolie zart klopfen. Anschließend das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sahne schlagen und einen Esslöffel davon mit dem Ei verquirlen. Das Schnitzel beidseitig in Mehl wenden und durch das Ei und die Semmelbröseln ziehen.

Für die Marinade die Schalotte abziehen, zusammen mit dem Speck würfeln und in der Butter anschwitzen. Anschließend mit dem Weißweinessig und dem Kalbsfond ablöschen und köcheln lassen. Das Ganze mit dem Senf, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Kartoffeln abkühlen lassen, schälen und in gleichmäßige Scheiben schneiden. Die Salatgurke schälen und die Hälfte der Länge nach halbieren. Das Kerngehäuse entfernen, in Scheiben schneiden und zu den Kartoffeln geben. Nun die heiße Marinade und das Kürbiskernöl über den Kartoffel-Gurkensalat geben und gut vermengen. Den Schnittlauch fein hacken und darüber streuen.

Die Schnitzel in Butterschmalz von beiden Seiten drei Minuten braten.

Die Zitrone in Spalten schneiden und mit dem Kalbsschnitzel und dem Kartoffel-Gurkensalat auf Tellern anrichten.



„Rahmschwammerl mit kleinen Schinkenknödeln“ von Michael Bauer

Zutaten für zwei Personen

80 g	Schinken, gekocht
600 g	Pilze, frisch (Steinpilze, Pfifferlinge, Champignons)
4 EL	Champignons, getrocknet
1	Zitrone, unbehandelt
2	Zwiebeln
300 g	Brötchen
40 g	Butter
1 EL	Speisestärke
4	Eier
150 g	Sahne
270 ml	Milch
400 ml	Gemüsefond
3 EL	Olivenöl
1 Bund	Petersilie, glatt
1	Lorbeerblatt, frisch
1	Muskatnuss
1 Prise	Cayennepfeffer
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz aus der Mühle

Zubereitung

Für die Sauce eine Zwiebel abziehen und in Würfel schneiden. Einen Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Das Ganze mit dem Gemüsefond ablöschen und das Lorbeerblatt dazugeben. Anschließend die getrockneten Pilze dazu geben, weich köcheln lassen und 20 Minuten ziehen lassen.

Die Brötchen in Streifen schneiden und in eine Schüssel geben. Die Milch in einen Topf geben und kurz aufkochen lassen. Anschließend die Milch von der Kochstelle nehmen, zwei Eier verquirlen und in die Milch geben. Anschließend die Milch mit Cayennepfeffer, Salz und etwas geriebener Muskatnuss abschmecken. Die Milch über das Brötchen geben und die Knödelmasse zehn Minuten ziehen lassen.

Inzwischen die Pilze putzen und in Würfel schneiden. Anschließend die Petersilie zupfen und fein hacken. Einen Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Pilze dazu geben und zwei Minuten braten. Die Pilze mit Salz und Pfeffer abschmecken und einen Esslöffel Petersilie dazu geben.

Eine Zwiebel abziehen und mit dem Schinken in Würfel schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebel glasig dünsten und mit dem Schinken und der restliche Petersilie zu der Knödelmasse geben. Anschließend das Ganze mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Aus der Masse kleine Knödel formen und in Salzwasser 15 Minuten gar ziehen lassen.

Das Lorbeerblatt aus der Sauce nehmen und die Sahne dazu geben. Die Speisestärke in eine Schüssel geben, mit etwas Wasser glatt rühren und in die Sauce geben. Das Ganze köcheln lassen, schaumig schlagen und durch ein Sieb passieren.

Die Sauce nochmals köcheln lassen und mit der Butter montieren. Eine Zitrone ziselieren, die Zesten in die Sauce geben, zwei Minuten ziehen lassen und wieder heraus nehmen. Anschließend das Ganze mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken und abschließend die Pilze dazu geben.

Die Pilzsauce mit den Knödeln in tiefen Tellern anrichten.