



## | Die Küchenschlacht – Leibgericht vom 13. Oktober 2009 |

### „Gefüllte Champignons mit Cranberrysalat“ von Jan Haerter

#### Zutaten für zwei Personen

6	Champignons, braun
340 g	Blattspinat, TK –Ware, (aufgetaut)
100 g	Cranberries, getrocknet
200 g	Rucola
30 g	Cashewkerne
3	Tomaten
1	Zwiebel
3 Zehen	Knoblauch
1	Avocado
1	Apfel, süß
70 g	Kräuterfrischkäse, Doppelrahm
200 ml	Tomaten, passiert
70 ml	Weißwein
1 TL	Honig, flüssig
1 EL	Balsamicoessig
1 Zweig	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
1 Zweig	Oregano
3 EL	Olivenöl
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

#### Zubereitung

Die Champignons sauber bürsten, von den Stielen befreien und diese klein schneiden. Die Champignonköpfe mit Pfeffer würzen. Die Zwiebel und zwei Knoblauchzehen abziehen und in kleine Würfel schneiden. Wasser zum kochen bringen und damit eine Tomate überbrühen. Anschließend diese häuten und in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Zwiebeln und den Knoblauch andünsten. Anschließend die Champignonstiele, die Tomatenwürfel und den Spinat dazugeben, weitere fünf Minuten mitdünsten und abschließend den Frischkäse hinzufügen und das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen. Die Champignonköpfe mit der Masse füllen.

Die Blätter von den Kräuterzweigen abzupfen. Die passierten Tomaten in einem Topf erhitzen, mit Salz, Pfeffer und den Kräuterblättern würzen und den Weißwein hinzufügen. Die Champignons in die Sauce setzen und im geschlossenen Topf bei geringer Temperatur etwa 20 Minuten gar ziehen lassen.

Für den Salat den Rucola waschen und trocken schleudern. Die Avocado von dem Kern befreien und das Fruchtfleisch in Spalten schneiden. Den Apfel vierteln, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Tomaten vom Strunk befreien und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Für die Vinaigrette die restliche Knoblauchzehe abziehen, in eine Schüssel pressen und mit dem Balsamicoessig, dem Honig und drei Esslöffeln Olivenöl vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Salat auf Tellern anrichten, mit der Vinaigrette beträufeln und mit den Cashewkernen und den Cranberries garnieren. Die gefüllten Champignons daneben servieren und mit der Sauce garnieren.



## **„Mozzarella-Avocado-Salat mit Mango“ von Gabriele Bosse**

### **Zutaten für zwei Personen**

80 g	Büffelmozzarella
1	Avocado, reif
1	Mango, groß, reif
100 g	Rucola
1	Limette, unbehandelt
3	Orangen, unbehandelt
1 Schote	Chili, klein, rot
20 g	Pinienkerne
2 EL	Olivenöl
1 TL	Akazienhonig
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Die Pinienkerne bei mittlerer Hitze ohne Fett anrösten.

Die Mango schälen, halbieren, den Kern herausschneiden und das Fruchtfleisch einer halben Mango und den Mozzarella in jeweils ein zentimetergroße Würfel schneiden.

Die Orangen halbieren und auspressen und 50 Milliliter des Orangensafts um die Hälfte einkochen lassen. Die Chilischote klein schneiden und zusammen mit Salz, Pfeffer, dem Olivenöl, dem Honig und dem Orangensaft zu einer Vinaigrette verrühren.

Die Limette halbieren und auspressen. Die Avocado halbieren, den Stein entfernen und das Fruchtfleisch einer Avocadohälfte in zentimetergroße Würfel schneiden. Die Würfel sofort mit dem Limettensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen.

Eine Schicht Avocadowürfel in einen Metallring einfüllen. Dann darauf die Mozzarellawürfel und die Mangowürfel schichten, das Ganze mit einem Löffel festdrücken und mit der Orangenvinaigrette beträufeln.

Den Rucola waschen und trocken schleudern. Anschließend in der restlichen Vinaigrette schwenken und fünf Stängel auf den Salat legen. Das Ganze mit den gerösteten Pinienkernen bestreuen.



## **„Gebratenes Zanderfilet mit Fenchel und Parmesanschaum“ von Evelyn Eisenhauer**

### **Zutaten für zwei Personen**

2	Zanderfilets, à 100 g, mit Haut
2 Knollen	Fenchel
1	Orange, unbehandelt
1	Zitrone, unbehandelt
1	Limette, unbehandelt
40 ml	Fischfond
10 ml	Balsamicoessig
50 ml	Sahne
35 g	Butter, kalt
50 g	Parmesan
1 Zweig	Kerbel
4 EL	Olivenöl
	Zucker
	Fleur de Sel, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Die Fenchelknollen vom Grün und den äußeren Blättern befreien. Die Knollen längs in Scheiben schneiden und den Strunk keilförmig herauslösen. Die Schale der Limette reiben, die Limette halbieren und auspressen. Den Saft in kochendes Salzwasser geben und den Fenchel darin fünf Minuten lang blanchieren. In einem Sieb abtropfen lassen.

Eine Zwiebel abziehen und fein hacken. Die Schale der Orange reiben und die Hälfte mitsamt der Hälfte der geriebenen Limettenschale und der Zwiebel zum Sud des Zanders in die Pfanne geben und anschwitzen. Das Ganze mit dem Balsamico ablöschen und mitsamt dem Fischfond und der Sahne auffüllen und reduzieren lassen. Die Sauce mit fünfzehn Gramm Butter und 30 Gramm geriebenen Parmesan mixen. Mit dem restlichen Orangen- und Limettenabrieb abschmecken und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Fenchel in zwei Esslöffeln Olivenöl unter geschlossenem Deckel drei Minuten lang schmoren lassen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken.

Den Zander waschen, trocken tupfen und mit dem Kerbel in einem Esslöffel Olivenöl zuerst auf der Hautseite und nur kurz auf der Fleischseite anbraten. Die Zitrone halbieren, auspressen und den Saft hinzufügen. Mit Fleur de Sel und Pfeffer würzen.

Den Zander mit dem Fenchel und dem Parmesanschaum auf Tellern anrichten und den übrigen Parmesan darüber hobeln.



## **„Taglioni mit Gambas und Rucola in Tomaten-Crème Fraîche- Sauce von Daniel Buttmi**

### **Zutaten für zwei Personen**

100 g	Taglioni
4	Garnelen, ohne Kopf, mit Schale
1 Bund	Rucola
1	Zwiebel, rot, klein
1 Zehe	Knoblauch
100 g	Eiertomaten, italienisch
150 g	Crème fraîche
20 g	Butter
	Olivenöl, zum Braten
	Chilipulver
	Salz, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Die Taglioni in Salzwasser bissfest kochen.

Die Zwiebel abziehen und klein schneiden.

Die Garnelen von der Schale befreien, den Rücken längs aufschneiden, entdarmen, waschen und trocken tupfen. Anschließend eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und darin die Garnelen zusammen mit den Zwiebeln und dem Chilipulver scharf anbraten und beiseite stellen.

Die Tomaten vom Strunk befreien und würfeln. Den Knoblauch abziehen, klein schneiden und zusammen mit den Tomaten in den Bratensud geben und etwa fünf Minuten köcheln lassen. Anschließend die Butter und die Crème fraîche dazu geben, nochmals aufkochen lassen und bei geringer Hitze ziehen lassen. Abschließend mit Salz und Chilipulver abschmecken.

Den Rucola waschen, trocken schleudern, drei Stiele beiseite stellen und den Rest in Streifen schneiden.

Die Taglioni und den Rucola mit in die Pfanne geben und unterheben. Die Garnelen ebenfalls dazugeben und das Ganze auf Tellern anrichten und mit dem übrigen Rucola garnieren.



## **„Mit Ziegenkäse und Lamm gefüllte gratinierte Tomaten auf Rucola-Salat“ von Anne-Cathrin Köhler**

### **Zutaten für zwei Personen**

300 g	Gehacktes, vom Lamm
5 Scheiben	Brot, dunkel, vom Vortag
300 g	Rucola
2	Fleischtomaten, an der Rispe
1	Zitrone, unbehandelt
100 g	Ziegenkäse
100 g	Emmentaler
100 g	Parmesan
100 g	Walnüsse, gehackt
2 Zehen	Knoblauch
2 Zweige	Oregano
1 Zweig	Thymian
100 g	Pinienkerne
2 Zweige	Koriander
100 g	Butter
100 ml	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Brot zerkrümeln.

Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Oregano- und Thymianblätter abzupfen und ebenfalls fein hacken. In einer Pfanne die Butter schmelzen. Das Brot, den Knoblauch und die Pinienkerne in die Pfanne geben und anbraten. Anschließend den Oregano und den Thymian dazu geben, alles vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

50 Milliliter Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Lammfleisch darin anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen.

Die Tomaten vom Strunk befreien, aushöhlen und den Ziegenkäse zerdrücken. Sechs Blätter vom Koriander zupfen und zum Ziegenkäse geben. Anschließend das abgekühlte Lammhack ebenfalls dazu geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Ziegenkäse, den Koriander und das Lammhack gut vermengen und in die ausgehöhlten Tomaten geben. Die Brotkrümel darüber verteilen und alles für zehn Minuten in den Ofen geben.

Den Emmentaler reiben, auf ein Backblech streuen und mit in den Ofen stellen.

Den Rucola waschen, trocken schleudern und auf Tellern anrichten.

Für die Vinaigrette die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Die Hälfte des Zitronensaftes, das restliche Olivenöl, Salz und Pfeffer vermengen und über den Rucola geben. Den Parmesan reiben.

Den Salat auf Tellern anrichten, mit den gefüllten Tomaten und den Käseplätzchen garnieren und anschließend mit dem Parmesan bestreuen.