



| Die Küchenschlacht - Hauptgerichte vom 26. August 2009 |

„Pochiertes Kalbsfilet mit Frühlingsgemüse und Meerrettichsauce“ von Nikolai Petrow“

Zutaten für zwei Personen

250 g	Kalbsfilet
10	Zuckerschoten
1	Kohlrabi
2	Äpfel, sauer
1	Karotten
80 g	Butter
50 g	Meerrettich
1 EL	Mehl
2 EL	Olivenöl
1	Zitrone, unbehandelt
1	Brötchen, vom Vortag
2	Eier
150 ml	Sahne
100 ml	Milch
2 Zweige	Kerbel
2 Zweige	Estragon
2 Zweige	Petersilie
2 Zweige	Dill
1	Muskatnuss
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Salz

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze erhitzen.

Die Soufflécörmchen mit 20 Gramm Butter einfetten. Einen Apfel schälen und klein hacken. Das Brötchen in kleine Stücke teilen. Die Eier trennen und die Eigelb, 100 Milliliter Sahne zusammen mit dem Brötchen und den Apfelstücken miteinander verrühren. Das Ganze mit etwas Muskatnuss abschmecken und anschließend in die Soufflécörmchen füllen und für 12 Minuten in den Backofen geben.

Für das Kalbsfilet die Kräuter fein hacken. Das Kalbsfilet waschen, trocken tupfen, mit Salz, Pfeffer und zwei Esslöffeln Olivenöl einreiben und in den gehackten Kräutern wälzen. Das Filet in Klarsichtfolie, danach straff in Alufolie einwickeln. Anschließend in leicht siedendes Wasser geben, aufkochen lassen, etwa 20 Minuten garen und fünf Minuten ruhen lassen.

Die Karotte schälen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Den Kohlrabi ebenfalls schälen und in Stifte schneiden. Die Zuckerschoten waschen. Anschließend das Gemüse getrennt voneinander in Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken, danach 50 Gramm Butter in einer Pfanne braun werden lassen und das Gemüse darin warm schwenken.

Einen Apfel schälen und in kleine Stücke schneiden. Das Mehl in der Milch und der Sahne glatt rühren. In einer Pfanne die restliche Butter erhitzen, und den Apfel darin fünf Minuten andünsten. Das Mehl-Milch-Sahne-Gemisch dazu geben, aufkochen lassen und den Meerrettich hinein raspeln. Die Zitrone halbieren, auspressen und die Schale abreiben. Anschließend die Sauce mit Salz, Pfeffer, einem Teelöffel Zitronensaft und einem Esslöffel Zitronenabrieb abschmecken.

Das Gemüse auf Tellern anrichten, das Fleisch aufschneiden und in Stücken darauf anrichten. Das Fleisch mit Meerrettichsauce nappieren.



„Räucherlachs auf Kartoffel-Apfel-Gratin“ von Julija Koltunova

Zutaten für zwei Personen

250 g	Räucherlachs, mit Haut
3	Kartoffel, festkochend
2	Äpfel
1	Zitrone, unbehandelt
300 ml	Sahne
20 ml	Balsamicoreme
300 ml	Fischfond
4 Zweige	Dill
1	Zitronengras
2 Zweige	Rosmarin
2 Zweige	Thymian
2 EL	Olivenöl
2 EL	Butter
	Saucenbinder, hell
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Zucker

Zubereitung

Den Backofen auf 150 Grad Ober- /Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Die Äpfel schälen, halbieren, entkernen und in Stücke schneiden. Anschließend die Kartoffel- und Apfelstücke abwechselnd in eine Auflaufform schichten, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. 200 Milliliter Sahne darüber geben und etwa 20 Minuten im Ofen gratinieren.

Den Fischfond in einem Topf erhitzen und reduzieren lassen. Die Zitrone halbieren und auspressen.

Den Dill, den Rosmarin und den Thymian klein schneiden. Den Räucherlachs auf ein Stück Alufolie legen, mit zwei Esslöffeln Fischfond, zwei Esslöffeln Olivenöl oder den zwei Esslöffeln Butter und den Kräutern marinieren. Anschließend in einer Pfanne fünf Minuten braten.

Für die Sauce den Fisch der Pfanne entnehmen, den Bratsud mit dem restlichen Fischfond und der restlichen Sahne lösen und mit Salz, Pfeffer, Dill und dem Zitronensaft abschmecken. Gegebenenfalls mit dem Saucenbinder binden.

Den Lachs mit dem Kartoffel-Apfelgratin auf Tellern anrichten und mit der Balsamicoreme und dem Zitronengras garniert servieren.



„Lammfiletschnecken mit überbackenen Zucchinirollchen und Provence-Kartoffeln“ von André Dietzel

Zutaten für zwei Personen

2	Lammfilets, à 120 g
2	Zucchini
75 g	Mozzarella
75 g	Feta
2	Kartoffeln, groß, festkochend
4 Zweige	Thymian
4 Zweige	Rosmarin
4 Zehen	Knoblauch
5 EL	Olivenöl
	Kräuter de Provence, getrocknet
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 170 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln mit Schale in dickere Scheiben schneiden und mit Salz würzen. Den Knoblauch abziehen und zwei Zehen halbieren. In einer Pfanne zwei Esslöffel Olivenöl mit zwei Knoblauchzehen erhitzen, anschließend die Kartoffelscheiben hinzugeben und von beiden Seiten goldbraun anbraten. Mit den Kräutern der Provence beidseitig würzen, zwei Rosmarinzweige dazu legen und im Backofen etwa 25 Minuten garen.

Die Zucchini längs in Scheiben schneiden und in einem Esslöffel Olivenöl anbraten. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Zucchinis Scheiben mit Salz, Pfeffer und den Kräutern der Provence würzen. Den Feta und Mozzarella in Stücke schneiden. Je ein Stück Feta und Mozzarella auf eine Scheibe Zucchini legen und zusammenrollen. Dieses mit den restlichen Zucchinistreifen wiederholen. Anschließend eine feuerfeste Auflaufform mit einem Esslöffel Olivenöl auspinseln und mit einer Knoblauchzehe ausreiben. Die Röllchen nun in die Form geben und mit den restlichen Mozzarella- und Fetastücken belegen. Den Ofen nun auf 180 Grad erhöhen und das Ganze zehn Minuten überbacken. Abschließend die Grillfunktion für zwei Minuten umschalten und gratinieren.

Die Lammfilets waschen, trocken tupfen und zu einer Schnecke rollen. Anschließend mit einem Holzspieß fixieren. Die Lammfiletschnecken in dem restlichen Olivenöl und der letzten Knoblauchzehe von beiden Seiten scharf anbraten, die Thymian- und die restlichen Rosmarinzweige hinzugeben und im Backofen rosa garen lassen.

Die Lammfiletschnecken mit den Zucchinirollchen und den Kartoffeln auf Tellern anrichten



„Gefülltes Seezungenfilet mit Kartoffelgratin“ von Dorothea Böttcher

Zutaten für zwei Personen

6	Seezungenfilets, ohne Haut
500 g	Kartoffeln, mehligkochend
300 g	Kräuterfrischkäse
50 g	Butter
1	Zitrone, unbehandelt
375 ml	Fischfond
2 Zehen	Knoblauch
40 g	Gruyère
200 ml	Crème fraîche
1 TL	Zucker
1 Glas	Kapern
1 Bund	Petersilie, kraus
1 Bund	Schnittlauch
1 Bund	Dill
1	Ei
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Zitronenpfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 170 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln in einem Topf mit Salzwasser bissfest garen. Die Zitrone halbieren und vier Esslöffel Saft auspressen.

Die Seezungenfilets waschen, trocken tupfen, mit zwei Esslöffeln Zitronensaft beträufeln, mit Salz und dem Zitronenpfeffer würzen und anschließend mit dem Frischkäse bestreichen und einrollen. Die Seezungenrollen nun in die Auflaufform geben, mit 125 Milliliter Fischfond auffüllen und im Backofen zehn Minuten zugedeckt garen.

Das Wasser der Kartoffeln abgießen, anschließend die Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden. Die Knoblauchzehen abziehen und klein hacken. Den Gruyère reiben. Eine Auflaufform mit zehn Gramm Butter einfetten, die Kartoffelscheiben einschichten, mit Salz und Pfeffer würzen und die Knoblauchzehen hinzufügen. Anschließend den Käse mit der Crème fraîche verrühren und über die Kartoffeln geben. Die Kartoffeln im Ofen 20 Minuten überbacken.

Für die Sauce die restliche Butter in einem Topf erhitzen und das Mehl darin anschwitzen. Anschließend mit dem restlichen Fischfond acht Minuten kochen, die Sahne und die Kapern hinzufügen und mit Zucker, Salz und dem restlichen Zitronensaft abschmecken. Nun das Ei trennen und das Eigelb unter die Sauce rühren.

Anschließend auf Tellern anrichten und mit der Petersilie, dem Dill und dem Schnittlauch garnieren.