



| Die Küchenschlacht - Leibgerichte vom 13. Juli 2009 |

„Surf 'n' Turf“ von Martin Schmidt

Zutaten für zwei Personen

2	Rinderfilets, à 180 g
2	Riesengarnelen
6	Kartoffeln, Drillinge
1	Eisbergsalat
2	Eier
6	Karotten
4	Tomaten
2	Schalotten
0,5 Bund	Thymian
2 Zweige	Estragon
1 Stängel	Zitronengras
1	Muskatnuss
150 g	Paniermehl
50 ml	Mangoessig
50 ml	Weißwein, trocken
50 ml	Weißweinessig
100 ml	Gemüsefond
50 ml	Olivenöl
1 TL	Vanille-Meersalz
2 EL	Mehl
	Sambal Oelek
	Rauchöl, zum Grillen
	Walnussöl
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Die Riesengarnelen in siedendes Wasser geben und fünf Minuten garen lassen. Anschließend das Fleisch auflösen.

Fünf Esslöffel Weißwein, fünf Esslöffel Weißweinessig, Sambal Oelek, den Gemüsefond und das Zitronengras in einem Topf leicht erhitzen. Anschließend über die Garnelen geben, mit dem Vanillesalz würzen und ziehen lassen.

Ein Blatt vom Eisbergsalat abtrennen. Das Paniermehl mit Salz und Pfeffer sowie Muskat vermischen. Ein Ei verquirlen. Die Eisbergsalatscheibe zuerst in Mehl, dann im Ei und anschließend im Paniermehl wenden und in der Pfanne goldbraun ausbacken.

Die Rinderfilets waschen, trocken tupfen und mit einem Flambierer auf beiden Seiten vorgrillen. Anschließend in den Backofen geben und ziehen lassen. Zur Intensivierung das Fleisch mit dem Rauchöl bestreichen.

Die Karotten schälen und mit dem Thymian und dem Walnussöl in Alufolie einwickeln und für 25 Minuten bei 220 Grad in den Backofen geben. Danach in Scheiben schneiden und kurz mit dem Mangoessig abschmecken.

Die Kartoffeln in Salzwasser gar kochen. Anschließend in Würfel schneiden und kurz in der Pfanne braten.

Das restliche Ei in eine Schüssel schlagen und mit 50 Gramm Butter zu einer Hollandaise rühren.

Die Schalotten abziehen und in einer Pfanne in Olivenöl andünsten. Mit dem restlichen Weißweinessig und dem restlichen Weißwein ablöschen und eine Reduktion bilden. Die Tomaten am Stielansatz einritzen, in kochendes Wasser geben und anschließend in Eiswasser abschrecken. Die Tomaten schälen, halbieren, entkernen und



würfeln. Die Hollandaise mit der Reduktion vermengen und die Tomatenstücke sowie Estragonnadeln hinzugeben. Die Garnelen an panierten Eissalat und das Rinderfilet mit Thymiankarotten und den Kartoffeln auf Tellern anrichten.



„Gebackene Kalbsleber mit geschmorten Apfelscheiben, Zwiebelringen und Kartoffelpüree“ von Renate Weiler

Zutaten für zwei Personen

500 g	Kartoffeln, mehligkochend
2	Kalbslebern, à 1 cm
3	Äpfel
3	Zwiebeln
1	Muskatnuss
150 g	Zucker
250 g	Butter
1 EL	Butterschmalz
200 ml	Milch
200 ml	Sahne
2 EL	Mehl
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen. Die Äpfel schälen, in Spalten schneiden und in der Pfanne mit dem Zucker und 125 Gramm Butter goldbraun schmoren. Anschließend in einer Schüssel im Backofen warm stellen.

Die Zwiebeln abziehen, in Ringe schneiden und in einer Pfanne goldbraun anschwitzen. Die Lebern waschen, trocken tupfen, salzen, pfeffern, mehlieren und in dem Butterschmalz kurz von beiden Seiten goldgelb braten. Anschließend zu den Äpfeln in den Backofen geben.

Etwas Muskat reiben. Die Kartoffeln abgießen, stampfen und mit dem Muskat, Salz, Pfeffer, der restlichen Butter, der Sahne und der Milch cremig schlagen.

Die Leber und das Kartoffelpüree auf Tellern anrichten und mit den Zwiebelringen garniert servieren.



„Zwiebelrostbraten mit Möhren-Zucchini-Gemüse und Steinpilzpolenta“ von Andreas Osswald

Zubereitung für zwei Personen

500 g	Roastbeef
150 g	Karotten
2	Zwiebeln, rot
3	Schalotten
150 g	Zucchini
20 g	Steinpilze, getrocknet
2 EL	Butterschmalz
100 g	Polenta, fein
4 Körner	Piment
2	Nelken
3	Wacholderbeeren
1	Muskatnuss
1 EL	Tomatenmark
3 EL	Parmesan
10 EL	Butter
150 g	Maisgrieß
1TL	Puderzucker
0,5 Bund	Basilikum
1 Bund	Petersilie
1 Bund	Schnittlauch
250 ml	Rotwein
350 ml	Kalbsjus
500 ml	Portwein
50 ml	Mineralwasser
25 ml	Weißwein
125 ml	Geflügelfond
125 ml	Milch
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Roastbeef waschen, trocken tupfen, in zwei Stücke teilen und salzen. Anschließend von allen Seiten kurz in einer Pfanne in zwei Esslöffeln Butter anbraten und für 20 Minuten in den Backofen geben.

Das Tomatenmark in einer Pfanne anrösten und mit 150 Millilitern Rotwein und dem Portwein ablöschen und reduzieren lassen. Anschließend den Kalbsjus hinzufügen und langsam einkochen lassen, bis eine sämige Konsistenz entsteht. Den Piment, die Nelken, die Wacholderbeeren und den Rest des Rotweins hinzufügen und nochmals bei geringer Hitze köcheln lassen. Kurz vor dem Servieren zwei Esslöffel kalte Butter unter die Sauce heben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Petersilie und den Schnittlauch hacken. Die Zwiebeln und die Schalotten abziehen, in Ringe schneiden und in eine Pfanne in zwei Esslöffeln Butterschmalz schmoren. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und unter die Petersilie und Schnittlauch heben.

Die Karotten und die Zucchini schälen und in Scheiben schneiden. Den Puderzucker karamellisieren und zwei Esslöffeln Butter und die Karotten hinzufügen und kurz anschwitzen. Anschließend mit dem Weißwein und dem Mineralwasser ablöschen. Nach fünf Minuten die Zucchini hinzufügen und das Gemüse bissfest garen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Das Basilikum zupfen, fein hacken und zwei Esslöffel davon und zwei Esslöffel Butter unter das Gemüse heben.

Etwas Muskat reiben. Die Milch und den Geflügelfond in einem Topf zum Kochen bringen. Die Steinpilze klein hacken und mit dem Maisgrieß in die Milch und den Geflügelfond einrühren. Die Polenta dazugeben und bei



geringer Hitze 15 Minuten quellen lassen. Anschließend die restliche Butter und den Parmesan hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Je ein Stück Roastbeef auf Tellern anrichten. Die Zwiebeln auf das Fleisch geben und mit der Sauce umgießen. Das Gemüse und die Polenta beidseitig anrichten.



„Käsenocken mit Speck-Krautsalat“ von Alexandra Thaler

Zutaten für zwei Personen

3	Zwiebeln
150 g	Käse
50 g	Parmesan, am Stück
200 g	Weißkohl
75 g	Baguette, vom Vortag
150 g	Speck, am Stück
1	Ei
50 ml	Milch
1 EL	Mehl
30 g	Butter
0,5 Bund	Schnittlauch
4 EL	Weißweinessig
2 EL	Olivenöl
1 EL	Kümmel
	Pfeffer, weiß, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Salz

Zubereitung

Den Schnittlauch fein hacken. Die Zwiebeln abziehen, klein schneiden und in 15 Gramm Butter dünsten. Den Käse in kleine Würfel schneiden und zusammen mit den Zwiebeln in eine Schüssel zum Baguette geben. Danach das Ei mit der Milch verrühren und zusammen mit einem Esslöffel Schnittlauch ebenfalls in die Schüssel geben. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen und alles gründlich vermengen. Das Mehl dazugeben und die Masse kneten, bis der Teig zusammenhält.

Mit nassen Händen Nocken aus dem Teig formen und in einem Topf in Salzwasser gar kochen. Anschließend herausnehmen und gut abtropfen lassen.

Den Weißkohl sehr fein schneiden und mit dem Salz in einer Schüssel verrühren. Mit eineinhalb Esslöffeln Weißweinessig, dem Öl, dem Kümmel und dem weißen Pfeffer würzen und vermischen. Den Speck in Streifen schneiden und knusprig anbraten. Danach mit dem restlichen Weißweinessig ablöschen und den noch heißen Speck über das Kraut geben und noch mal mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Parmesan reiben. Die restliche Butter in einer Pfanne braun werden lassen. Die Nocken auf Tellern anrichten mit dem Parmesan bestreuen, die Butter darüber geben und mit dem restlichen Schnittlauch garniert servieren.



„Filet à la grand-mère“ von Horst Langnäse

Zutaten für zwei Personen

300 g	Schweinefilet
2 Zehen	Knoblauch
8 EL	Reis, parboiled
40 g	Schinkenspeck, mager, gewürfelt
1	Zitrone, unbehandelt
100 g	Prinzessbohnen
200 g	Crème double
30 g	Butter
3 Zweige	Bohnenkraut
1 Zweig	Petersilie, kraus
0,5 Bund	Schnittlauch
1 EL	Mandelblätter
1 EL	Anisée
1 TL	Kräuter de provence
1 TL	Kräuterbuttergewürz
1 TL	Majoran, getrocknet
1 Prise	Zucker
1 EL	Olivenöl
3 EL	Cognac
0,5 L	Fleischfond
2 EL	Sonnenblumenöl
1	Muskatnuss
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Kräuterbutter die Knoblauchzehen abziehen, würfeln und mit der Butter vermischen. Die Petersilie und das Schnittlauch fein hacken und zusammen mit dem Gewürzsalz unterheben. Die Zitrone halbieren, auspressen und einen Teelöffel Zitronensaft über die Butter geben. Alles gut miteinander vermengen.

Die Hälfte der Kräuterbutter in eine Pfanne geben. Das Filet waschen, trocken tupfen und in zwei Zentimeter dicke Medallions schneiden. Anschließend die Fleischstücke hinein geben und von beiden Seiten drei Minuten braten. Die restliche Kräuterbutter hinzugeben. Anschließend das Fleisch herausnehmen und im Backofen weiter garen lassen.

Etwas Muskat reiben. Den Kräuterbuttersud stark erhitzen und mit dem Cognac ablöschen. Anschließend die Temperatur herunterschalten und die Crème double hinein geben und gut verrühren. Die Sauce mit dem Anisée, den Mandelblättchen, einer Prise Zucker, Kräutern de Provence, Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und den ausgetretenen Saft in die Sauce geben und vermischen.

Das Olivenöl in einer Pfanne heiß werden lassen, den Speck hineingeben und unter ständigem Wenden anziehen lassen. Die Bohnen waschen, abtropfen lassen und in die Pfanne geben. Unter ständigem Wenden kurz anbraten. Die Temperatur runterschalten und mit dem Bohnenkraut, Majoran und Salz und Pfeffer würzen. Anschließend bei geschlossenem Deckel dünsten lassen.

Das Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen. Den Reis hinein geben und gut verrühren. Die Hitze herunterschalten. 250 Milliliter Fond dazu geben und nochmals verrühren. Nach und nach den restlichen Fond hinein geben und unter ständigem Rühren den Reis quellen und garen lassen.

Alles auf Tellern anrichten.



„Rinderfilet mit Bouillonkartoffeln und Meerrettichsauce“ von Lee Kempf-Wetzling

Zutaten für zwei Personen

400 g	Rinderfilet
4	Kartoffeln, festkochend
70 g	Butter
30 g	Mehl
1	Meerrettich
1 Bund	Suppengrün
2	Karotten
1	Sellerie
50 ml	Sahne
200 ml	Milch, 3,5 % Fett
600 ml	Gemüsefond
	Zucker
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Anschließend in 600 Milliliter Gemüsefond gar kochen. Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen, in vier Scheiben schneiden und mit Küchengarn um einen Kochlöffel wickeln und in siedendem Wasser pochieren. Anschließend zu den Kartoffeln geben. Das Ganze nur noch leicht köchelnd gar ziehen lassen.

Das Suppengrün, die Karotten und den Sellerie schälen und klein schneiden. Anschließend zu den Kartoffeln geben.

30 Gramm Butter in einem kleinen Topf schmelzen, das Mehl hinzufügen und vermischen. Das Ganze mit der Milch ablöschen und verrühren. Anschließend etwas von dem Gemüsefond nehmen und in die Mehlschwitze einrühren. Den Meerrettich schälen, reiben und ebenfalls einrühren. Die Mehlschwitze mit der Sahne abschmecken und anschließend mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.

Die restliche Butter mit einer Kelle des Gemüsefonds vermischen und über die Kartoffeln geben.

Die Bouillonkartoffeln mit dem Rinderfilet, dem Gemüse und der Meerrettichsauce auf Tellern anrichten und servieren.