



| Die Küchenschlacht - Hauptgerichte vom 13. Mai 2009 |

„Hühnerbrust mit Süßkartoffeln und Rosenkohl“ von Josef Baron von Kerckerinck zu Borg

Zutaten für zwei Personen

2	Hühnerbrüste, küchenfertig, ohne Haut
300 g	Süßkartoffeln
300 g	Rosenkohl
4 Scheiben	Bacon
40 g	Mandeln, gerieben
3 EL	Mehl
100 ml	Sahne
150 ml	Weißwein
150 ml	Hühnerfond
2 EL	Preiselbeeren, aus dem Glas
1	Zwiebel
2 Zehen	Knoblauch
3 EL	Olivenöl
50 g	Butter
1 TL	Thymian
1 TL	Kräuter der Provence
1 TL	Zucker
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Bacon in kleine Würfel schneiden und in einem Topf scharf anbraten. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Zusammen mit etwas Pfeffer, Thymian und Kräutern der Provence sowie mit einem Esslöffel Olivenöl in den Topf geben.

Die Hühnerbrüste waschen, trocken tupfen und in kleine Stücke schneiden. Diese im Mehl wenden und kurz in einer Pfanne mit einem Esslöffel Öl und zehn Gramm der Butter beidseitig anbraten. Anschließend das Fleisch zu den anderen Zutaten in den Topf geben und mit dem Fond und dem Weißwein ablöschen. Den Topfinhalt fünf Minuten köcheln lassen, den Topf vom Herd nehmen und die Sahne und den Zucker unterrühren.

Die äußersten Blätter des Rosenkohls abzupfen, die Röschen in Salzwasser zehn Minuten kochen, mit kaltem Wasser abschrecken und anschließend halbieren. Die geriebenen Mandeln in einer Pfanne mit zehn Gramm Butter anrösten, die Rosenkohlhälften hinzugeben und ebenfalls kurz mit anschwemmen.

Die Süßkartoffeln schälen, grob zerkleinern und in kochendem Salzwasser 20 Minuten garen lassen. Anschließend pürieren und mit der übrigen Butter, dem übrigen Olivenöl sowie mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Hühnerbrüste aus dem Topf nehmen und kurz ruhen lassen. Die im Topf entstandene Sauce mit den Preiselbeeren und mit Salz und Pfeffer verfeinern.

Das Fleisch gemeinsam mit dem Gemüse und dem Püree auf zwei Tellern anrichten, die Sauce darüber träufeln und das Gericht servieren.



„Kürbisrisotto mit Blauschimmelkäse und gebratenen Austernpilzen“ von Friderieke Kleist

Zutaten für zwei Personen

300 g	Kürbis, Hokkaido
150 g	Blauschimmelkäse
150g	Austernpilze, frisch
1	Zwiebel
1 Zehe	Knoblauch
200 g	Risottoreis
600 ml	Gemüsefond
50 g	Mehl
50 g	Paniermehl
1	Ei
3 EL	Olivenöl
1 EL	Butter
6 Blätter	Salbei
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Einen Esslöffel Öl gemeinsam mit der Butter in einem Topf bei niedriger Temperatur erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig anbraten.

Den Kürbis vom Strunk lösen, in Würfel schneiden und kurz im Topf mit anschmoren. Den Knoblauch abziehen, fein hacken und gemeinsam mit dem Reis ebenfalls in den Topf geben. Alle Zutaten unter Rühren kurz anschwitzen. Anschließend mit einem Drittel des Fonds ablöschen. Den Topfinhalt zum Kochen bringen und unter ständigem Rühren warten bis die Flüssigkeit vom Reis aufgenommen wurde. Nun ein weiteres Drittel vom Fond hinzugeben und diese ebenfalls einkochen lassen.

Die Salbeiblätter grob hacken und mit dem übrigen Fond unter den Reis mischen. Dabei erneut umrühren bis der Fond aufgesogen ist. Den Blauschimmelkäse grob zerkrümeln und unter den Reis geben. Sobald der Käse nahezu vollständig geschmolzen ist den Topf vom Herd nehmen und das Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Austernpilze waschen, trocken tupfen und mehlieren. Das Ei mit einer Gabel verquirlen und die Pilze zuerst im Ei und anschließend im Paniermehl wenden. Nun in einer Pfanne mit dem restlichen Olivenöl bei mittlerer Hitze anbraten bis sie von beiden Seiten gebräunt sind. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Kürbisrisotto mit den gebratenen Austernpilzen anrichten und servieren.



„Hähnchenbrust in Aprikosen-Curry-Sauce“ von Alice Klier

Zutaten für zwei Personen

2	Hähnchenbrustfilets, à 200 g, küchenfertig
200 g	Kichererbsen, aus der Dose
250 g	Basmatireis
1	Paprika, gelb
1	Paprika, rot
4	Champignons, braun
5	Aprikosen, getrocknet
2 TL	Madras-Currypulver, scharf
2 Msp.	Kreuzkümmel
1	Frühlingszwiebel
1 Zehe	Knoblauch
2 EL	Crème fraîche
30 g	Butter
250 ml	Hühnerfond
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Reis in kochendem Salzwasser gar kochen.

Die Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Zwiebel abziehen und fein schneiden. Die Knoblauchzehe ebenfalls abziehen und die Hälfte fein schneiden. Beides in der Butter anschwitzen.

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und mit einem Teelöffel Currypulver einreiben. Anschließend in die Zwiebelbutter geben und beidseitig vier Minuten braten. Herausnehmen und abdecken. Die Paprika vom Strunk und den Scheidewänden befreien und in Streifen schneiden. Die Champignons putzen und vom Stiel trennen. Das Gemüse in der Fleischpfanne anschwitzen.

Das restliche Currypulver in die Pfanne geben und mit Hühnerfond ablöschen. Die Aprikosen in die Sauce geben, mit einer Messerspitze Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer abschmecken. Zehn Minuten leicht köcheln lassen. Die Hitze reduzieren. Die Hähnchenbrüste zurück in die Pfanne geben, die Kichererbsen abgießen und ebenfalls mit in die Sauce geben. Das Ganze 15 Minuten ziehen lassen.

Den Reis abgießen. Die Sauce mit Crème fraîche binden und mit dem restlichen Kreuzkümmel erneut abschmecken.

Den Reis zusammen mit dem Aprikosen-Curry-Hähnchen anrichten und servieren.



„Kräuter-Rinderroulade mit Gemüse und Pappardelle“ von Robert Zahlten

Zutaten für zwei Personen

2	Rinderfilets, vom Mittelstück, à 125 g
1	Zucchini
1	Karotte
150 g	Pappardelle
0,5 Bund	Petersilie
0,5 Bund	Rosmarin
0,5 Bund	Thymian
0,5 Bund	Oregano
50 ml	Portwein
50 ml	Rotwein
100 ml	Rinderfond
1 EL	Zucker
1 EL	Dijon Senf
20 g	Butter
20 g	Parmesan
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 150 Grad Ober/-Unterhitze vorheizen.

Petersilie, Rosmarin, Thymian und Oregano zupfen und fein hacken. Für die Rouladen das Filet waschen, trocken tupfen und der Länge nach aufschneiden und flach klopfen. Anschließend gleichmäßig mit dem Senf bestreichen und mit den Kräutern bestreuen. Zu Rouladen aufrollen und mit Klammern fixieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Rouladen von allen Seiten kräftig anbraten. Aus der Pfanne nehmen und den Bratsatz mit Portwein und zwei Drittel des Fonds und des Rotweins ablöschen. Nun das Fleisch wieder hinzugeben und für 20 Minuten im Ofen garen lassen.

Den Parmesan reiben. Zucchini und Karotte schälen und in dünne Streifen schneiden. Die Nudeln in kochendem Salzwasser bissfest garen. Die Gemüsestreifen in Olivenöl kurz anbraten. Die Nudeln abgießen und zusammen mit dem Parmesan und der Butter in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Rouladen aus dem Ofen und aus der Pfanne nehmen. Den Zucker in einem Topf karamellisieren lassen und mit dem restlichen Fond und dem übrigen Wein ablöschen. Die Sauce aus der Fleischpfanne hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bei mittlerer Hitze etwas reduzieren lassen.

Währenddessen die Rouladen auf Tellern anrichten. Nun die Gemüsestreifen, die Nudeln und die Sauce dazugeben und servieren.