



| Die Küchenschlacht - Hauptgerichte vom 07. April 2009 |

Auberginen-Lammlachse mit Tomatensauce von Ralf Karloff

Zutaten für zwei Personen

2	Lammlachse, à 160 g
300 g	Kirschtomaten
300 g	Kartoffeln, Drillinge
1	Zwiebel
2	Auberginen
70 g	Tomaten, passiert
3 Zehen	Knoblauch
1 Bund	Rosmarin
100 g	Türkischer Joghurt
1 Bund	Basilikum
250 ml	Weißwein, trocken
1 EL	Balsamicoessig
1 EL	Zucker
	Olivenöl, zum Anbraten
	Pfeffer, weiß, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Meersalz

Zubereitung

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen. Die Drillinge circa sechs Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren.

Den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Die Drillinge in Scheiben schneiden und bei mittlerer Hitze acht Minuten in Olivenöl anbraten. Ein paar Rosmarinzweige und die Hälfte des Knoblauchs dazu geben und mit Salz würzen.

Den Joghurt mit Salz, weißem Pfeffer und dem restlichen Knoblauch würzen. Die Auberginen halbieren, vom Strunk befreien, in Scheiben schneiden und salzen. Das ausgetretene Wasser abtupfen. Anschließend die Auberginen von beiden Seiten jeweils drei Minuten in Olivenöl anbraten.

Die Lammlachse waschen, trocken tupfen und circa sechs Minuten in Olivenöl anbraten. Anschließend mit den Auberginenscheiben und je zwei Rosmarinzweigen umwickeln. Das Ganze etwa zehn Minuten in den Backofen geben.

Die Zwiebel abziehen, fein schneiden und in Olivenöl anschwitzen. Die Kirschtomaten halbieren und dazugeben. Das Ganze mit Pfeffer und Salz würzen. Die passierten Tomaten dazugeben und mit dem Balsamico, dem Zucker, dem Wein und etwas Basilikum abschmecken.

Die Lammlachse auf Tellern anrichten und die Tomatensauce, darüber geben. Dazu die Rosmarinkartoffeln und die Joghurtsauce anrichten und servieren.



Saltimbocca vom Zander mit Süßkartoffeln und rotem Spargel von Eleonora Papagallo

Zutaten für zwei Personen

2	Zanderfilets, küchenfertig
250 g	Süßkartoffeln
4 Scheiben	Parmaschinken
1	Zitrone, unbehandelt
30 g	Weizenmehl
4	Schalotten
8 Stangen	Purpurspargel
16	Salbeiblätter
1 Bund	Petersilie, glatt
30 g	Butter
1 l	Fischfond
1 Würfel	Fleischfond
20 ml	Weißwein, trocken
10 ml	Weißweinessig
	Olivensöl, zum Anbraten
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Spargel schälen und die holzigen Enden abschneiden. Wasser in einem Topf erhitzen, den Fondwürfel dazugeben und den Spargel darin kochen. Die Petersilie zupfen und hacken.

Die Schalotten abziehen und fein würfeln, die Kartoffeln schälen und ebenfalls würfeln. Die Kartoffeln und ein Viertel der Schalotten in die Pfanne geben und etwa zwei Minuten in Olivenöl scharf anbraten. Anschließend die Hitze reduzieren und das Ganze unter gelegentlichem Wenden zehn Minuten weiterbraten lassen. Mit Salz, Pfeffer und Petersilie abschmecken.

Die Zanderfilets waschen und trocken tupfen. Die Zitrone halbieren und auspressen. Den Fisch mit etwas Zitronensaft beträufeln, mehlieren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Zanderfilets von beiden Seiten jeweils zwei Minuten in Olivenöl anbraten. Den Salbei zupfen. Anschließend jeweils zwei Scheiben Parmaschinken und vier Salbeiblätter auf die Filets legen und bei mittlerer Hitze weitere vier Minuten braten.

Den Fischfond erhitzen und auf ein Drittel reduzieren lassen. 20 Gramm Butter zerlassen, die restlichen Schalottenwürfel glasig dünsten und mit dem Fischfond ablöschen. Den Weißwein und den Essig dazugeben und zwei Minuten köcheln lassen. Mit der restlichen Butter, Salz und den restlichen Salbeiblättern abschmecken.

Die Filets auf Teller geben, mit der Sauce, den Kartoffeln und dem Spargel anrichten und das Ganze servieren.



Dorade mit Zitronen-Spinat-Ravioli von Dirk Eisermann

Zutaten für zwei Personen

2	Doradenfilets, à 120 g, mit Haut
50 g	Ricotta
50 g	Spinat
100 g	Mehl
1 Prise	Zucker
1 Zehe	Knoblauch
2	Eier
1	Zitrone, unbehandelt
1	Muskatnuss
2 EL	Sahne
50 g	Butter
2 Zweige	Petersilie, glatt
	Olivenöl, zum Anbraten
	Zucker
	Salz
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Etwas Muskatnuss reiben. Das Mehl, ein Ei, etwas Salz und Muskatnuss zu einem festen, geschmeidigen Nudelteig verarbeiten. Anschließend ruhen lassen.

Den Spinat waschen. Die Knoblauchzehe abziehen, etwas andrücken und in Olivenöl anschwitzen. Den feuchten Spinat dazugeben und im geschlossenen Topf fünf Minuten dünsten bis der Spinat zusammengefallen ist. Die Knoblauchzehe herausnehmen und den Spinat mit der Sahne pürieren.

Von der Zitronenschale zur Hälfte Zesten reißen, zur Hälfte abreiben. Anschließend die Zitrone halbieren und auspressen. Die Zesten abgedeckt beiseite stellen. Den Ricotta durch ein Sieb streichen und mit dem Spinat, Zitronensaft und abgeriebener Schale vermischen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

Ein Ei trennen. Den Nudelteig ausrollen, die Ricotta-Spinat-Füllung in kleinen Häufchen auf dem Teig verteilen und ringsherum mit Eigelb bestreichen. Anschließend ausschneiden, zu Teigtaschen formen und gut zusammendrücken. Die Teigtaschen fünf Minuten in Salzwasser garen, bis sie an die Oberfläche steigen.

Die Doradenfilets waschen und trocken tupfen. Anschließend salzen und pfeffern und auf der Hautseite in Olivenöl knusprig braten. Anschließend wenden und auf der Innenseite in der warmen Pfanne fertig ziehen lassen.

Die Butter in einem Topf zerlassen. Die Petersilie fein schneiden und zusammen mit den Zitronenzesten kurz in der Butter schwenken. Diese über die Ravioli geben und das Ganze zusammen mit jeweils einem Doradenfilet auf Tellern anrichten und servieren.



Gefüllte Hähnchenbrust im Speckmantel von Uschi Lipphardt

Zutaten für zwei Personen

2	Hähnchenbrüste, mit Haut
200 g	Blattspinat, TK
125 g	Basmatireis
4 Scheiben	Bacon
1	Zwiebel
1 Zehe	Knoblauch
4 EL	Butter
4 EL	Butterschmalz
500 ml	Geflügelfond
100 ml	Sahne
1	Muskatnuss
	Salz
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen. Den Basmatireis in gesalzenem Wasser gar kochen.

Etwas Muskatnuss reiben. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen, fein schneiden und in zwei Esslöffeln Butterschmalz andünsten. Anschließend den Spinat, 60 Milliliter Sahne und einen Esslöffel Butter dazugeben und mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Ganze etwa fünf Minuten bei kleiner Hitze ziehen lassen.

Die Hähnchenbrustfilets so einritzen, dass kleine Taschen entstehen. Den Spinat in die Taschen füllen. Die Filets von beiden Seiten pfeffern und salzen. Jeweils zwei Scheiben Bacon nebeneinander legen, jeweils ein Filet mittig darauf platzieren und einrollen.

Die eingewickelten Hähnchenbrüste im restlichen Butterschmalz bei mittlerer Hitze von allen Seiten anbraten. Anschließend in den Ofen geben und weiter garen lassen.

Den Geflügelfond und die restliche Sahne zum Bratsud geben und reduzieren. Anschließend mit der restlichen Butter montieren.

Die Hähnchenbrüste mit der Sauce und dem Reis anrichten und servieren.



Wiener Schnitzel mit Bratkartoffeln von Alexa Nietfeld

Zutaten für zwei Personen

2	Kalbsrückensteaks, à 150 g
400 g	Kartoffeln, festkochend
150 g	Keniabohnen
100 g	Bacon, in Scheiben
50 g	Speck, am Stück
2	Eier
2	Zwiebeln
1	Tomate
1	Zitrone, unbehandelt
5 EL	Mehl
10 EL	Semmelbrösel
6 EL	Butterschmalz
1 Bund	Schnittlauch
	Öl, zum Anbraten
	Himalaya-Salz
	Pfeffer, schwarz aus der Mühle

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen und in große Würfel schneiden. Die Würfel unter mehrmaligem Wenden etwa 20 Minuten in Öl braten.

Die Zwiebeln abziehen und in halbe Ringe schneiden. Den Speck würfeln und zusammen mit den Zwiebeln in Öl andünsten.

Den Bohnen die Enden abschneiden und etwa sieben Minuten in gesalzenem Wasser blanchieren. Anschließend in Eiswasser abschrecken. Die Bohnen päckchenweise in jeweils eine Scheibe Bacon wickeln und diese in Öl anbraten.

Die Kalbsrückensteaks waschen, trocken tupfen und zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie plattieren. Die Eier mit Salz und Pfeffer verquirlen, Mehl und Semmelbrösel jeweils auf einen flachen Teller geben.

Das Fleisch zuerst im Mehl wenden, anschließend durch das verquirlte Ei ziehen und abschließend in den Semmelbröseln wenden.

In einer großen, beschichteten Pfanne das Butterschmalz erhitzen und die Schnitzel von beiden Seiten jeweils eine Minute goldbraun braten.

Die Zwiebel-Speck-Masse zu den Bratkartoffeln geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Schnittlauch in feine Ringe schneiden und über die Bratkartoffeln streuen.

Die Zitrone halbieren und zur Dekoration zwei dünne Scheiben abschneiden. Die Tomate am Stielansatz kreuzweise einritzen und auffächern. Die Schnitzel zusammen mit den Bratkartoffeln anrichten und mit den Tomaten und den Zitronenscheiben garnieren. Anschließend servieren.