



| Die Küchenschlacht - Menü am 14. Oktober 2015 | „Hauptgerichte“ Alfons Schuhbeck

Hauptgericht: „Steinbeißerfilet mit Kartoffelpüree, grünem Spargel und Safransauce“ von Alexandra Michel

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

2 Steinbeißerfilets, ohne Haut, à 150 g
60 g geklärte Butter
1 Zitrone
3 EL Mehl
4 Zweige Dill
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Safransauce:

250 ml Weißwein
1 EL Wermut (Noilly Prat)
0,2 g Safran
1 Zitrone
1 Fenchelknolle, groß
½ Schallotte
50 g Butter
1 TL Pernod
220 ml Gemüsefond
3 EL Honig
125 g Crème double
2 TL Zucker
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Kartoffelpüree:

6 mehligkochende Kartoffeln, groß
50 g Butter
100 ml Sahne
1 Muskatnuss
Salz, aus der Mühle

Für den Spargel:

1 Bund grüner Spargel
50g Butter
1 TL Zucker
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle



Zubereitung

Den Ofen auf 150 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Für die Safransauce die Schalotte abziehen und fein schneiden. Den Fenchel waschen, trocken tupfen und den unteren Teil in Scheiben schneiden. In einem Topf die Hälfte der Butter erhitzen und Fenchel und Schalotten darin anschwitzen. Mit Pernod, Gemüsefond und Wermut ablöschen sowie Zucker und Safran hinzugeben. Alles bei starker Hitze auf die Hälfte einreduzieren und anschließend mit Crème double verfeinern und für weitere zehn Minuten köcheln lassen. Mit Honig, Salz und Zitronensaft abschmecken. Abschließend die Sauce durch ein Sieb passieren und in ein hohes Gefäß schütten. Vorm Anrichten die restliche Butter hinzugeben und mit dem Pürierstab aufschäumen.

Während des Einreduzierens der Sauce die Kartoffeln schälen, in Scheiben schneiden und in leicht gesalzenem Wasser gar kochen. Die Kartoffeln abgießen und mit Butter, Salz, einer Prise Muskatnuss und Sahne mit dem Kartoffelstampfer vermengen.

Den Spargel waschen, trocken tupfen sowie die holzigen Enden abschneiden. In einem Topf Wasser mit dem Zucker und der Butter erhitzen und den Spargel hinzugeben, bis er gar gekocht ist.

Die Fischfilets waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und mehlieren. In einer ofenfesten Pfanne die Butter erhitzen und den Fisch von beiden Seiten kurz anbraten. Die Pfanne mit den Filets in den vorgeheizten Ofen stellen und für zehn Minuten fertig garen.

Die Fischfilets auf dem Kartoffelpüree, mit grünem Spargel und Safransauce auf Tellern anrichten und servieren.



Hauptgericht: „Kalbsmedaillons mit Bratkartoffeln und Waldpilzen“ von Pascal Dieckmeyer

Zutaten für zwei Personen

Für die Medaillons:

2 Kalbsmedaillons (Filet), à 200 g
100 ml Weißwein
100 g Mehl
1 TL Honig
1 EL Dijon Senf
Olivenöl, zum Anbraten
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Meersalz, aus der Mühle

Für die Bratkartoffeln:

½ kg festkochende Kartoffeln, groß
1 Zwiebel, groß
Olivenöl, zum Anbraten
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Meersalz, aus der Mühle

Für die Waldpilze:

200 g Steinpilze
200 g Maronenpilze
50 g Speck
20 g Butter
1 Bund Petersilie
Olivenöl
Salz, aus der Mühle
bunter Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 60 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für die Bratkartoffeln die Kartoffeln waschen, in dünne Scheiben schneiden und in eine Schale mit Wasser legen. Nach fünf Minuten die Kartoffelscheiben herausnehmen und trocken tupfen. In einer Pfanne das Öl erhitzen, die Kartoffeln hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schalotten abziehen und fein schneiden und ebenso zu den Kartoffeln dazugeben. Die Kartoffeln gar braten, sodass sie goldbraun sind.

Die Kalbsmedaillons waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen, mit etwas Senf bestreichen, mehlieren und in einer Pfanne mit heißem Öl beidseitig jeweils fünf Minuten anbraten. Die Medaillons in Alufolie wickeln und in den vorgeheizten Backofen zum Ruhen legen.

Die Waldpilze putzen, von den Enden entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Ebenso den Speck in Würfel schneiden. Die Blätter von den Kräutern abzupfen und fein hacken. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Pilze und den Speck darin schmoren. Kurz vor Schluss die frischen Kräuter zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kalbsmedaillons mit den Pilzen und den Bratkartoffeln auf Tellern anrichten, mit Kräutern garnieren und servieren.



Hauptgericht: „Zürcher Geschnetzelttes mit Mandel-Petersilien-Reis“ von Tina Schmidt

Zutaten für zwei Personen

Für das Geschnetzeltte:

| | |
|--------|----------------------------------|
| 500 g | Kalbsfleisch |
| 1 | Zwiebel |
| 1 | Zitrone |
| 1 EL | Mehl |
| 3 EL | Butterschmalz |
| 200 ml | Weißwein, trocken |
| 200 g | Champignons, weiß |
| 300 ml | Kalbsfond |
| 400 ml | Sahne |
| 125 g | Crème double |
| 2 EL | Zucker |
| 1 | Zitrone |
| | Olivenöl |
| | Salz, aus der Mühle |
| | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Für den Mandel-Petersilien-Reis:

| | |
|--------|---------------------|
| 125 g | Langkornreis |
| 1 | Zwiebel |
| 2 EL | Butter |
| 1 Bund | Petersilie |
| 3 EL | Mandelblättchen |
| | Salz, aus der Mühle |

Zubereitung

Für das Zürcher Geschnetzeltte die Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Das Fleisch waschen, trocken tupfen, in längliche, dünne Stücke schneiden und leicht mehlieren. In einer Pfanne den Butterschmalz erhitzen und das Fleisch kurz darin anbraten. Danach wieder herausnehmen und in eine Schüssel geben. In derselben Pfanne die Zwiebel anschwitzen, mit dem Weißwein ablöschen und etwas einreduzieren lassen. In der Zwischenzeit die Champignons gründlich putzen, trocken tupfen, von den Enden entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Die Champignons und den Fond zu den Zwiebeln und dem Weißwein hinzugeben und köcheln lassen, bis die Hälfte der Flüssigkeit einreduziert ist. Danach die Sahne, das Fleisch sowie etwas Zitronensaft hinzugeben, kurz aufkochen lassen und anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Reis die Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. In einem Topf die Hälfte der Butter erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen. Den Reis hinzugeben und ebenfalls kurz anschwitzen. Alles mit 250 Milliliter Wasser aufgießen, mit Salz würzen und bei schwacher Hitze gar kochen. In einer weiteren Pfanne die restliche Butter erhitzen und die Mandelblättchen goldbraun rösten und anschließend zum fertigen Reis hinzugeben. Die Petersilie, waschen, trocken tupfen, die Blätter abzupfen und fein hacken und ebenfalls unter den Reis mischen. Das Geschnetzeltte mit dem Reis auf Tellern anrichten, mit frischer Petersilie garnieren und servieren.



Hauptgericht: „Gefüllte Putenbrust mit Sellerie-Meerrettich-Stampf und Ofentomaten“ von Stefan Brunn

Zutaten für zwei Personen

Für die Putenbrust:

| | |
|--------|----------------------------------|
| 2 | Putenbrustfilets, à 200 g |
| 100 g | Kräuterfrischkäse |
| 1 | Chilischote, klein, frisch, rot |
| 1 | Ingwer (10 cm) |
| 2 | Knoblauchzehen |
| 1 | Zwiebel |
| 1 Bund | Basilikum |
| 3 | Fleischtomaten |
| 500 ml | Hühnerfond |
| 200 ml | Marsala |
| 1 TL | Ingwer (Gewürz) |
| 1 TL | Speisestärke |
| | Olivenöl |
| | Salz, aus der Mühle |
| | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Für den Sellerie-Meerrettich-Stampf:

| | |
|-------|----------------------------------|
| 300 g | Kartoffeln, mehlig kochend |
| 300 g | Sellerieknolle |
| 50 g | Meerrettich |
| 100 g | Selleriekraut, frisch |
| 2 EL | Crème double |
| 2 EL | Butter |
| | Olivenöl |
| | Salz, aus der Mühle |
| | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Für die Ofentomaten:

| | |
|----------|-------------------------------|
| 2 Rispen | Cocktailtomaten, an der Rispe |
| | Olivenöl |
| | Salz, aus der Mühle |

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen

Für die gefüllte Putenbrust das Fleisch waschen, trocken tupfen, der Länge nach aufschneiden und mit jeweils einem Esslöffel Kräuterfrischkäse und frischen Basilikumblättern füllen. Die Filets mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten goldbraun anbraten und anschließend in eine ofenfeste Form geben. Zwiebel und Knoblauch abziehen, klein schneiden und in derselben Pfanne anschwitzen. Die Tomaten klein würfeln, und alles mit dem Marsala und dem Fond ablöschen. Den restlichen Frischkäse zugeben, mit Salz, Pfeffer und Ingwer würzen und über das Fleisch gießen. Das Fleisch in den vorgeheizten Ofen geben und darin gar kochen lassen.



Aus der Alufolie ein kleines Bötchen formen, die Kirschtomaten reinlegen, mit Olivenöl beträufeln, mit Salz würzen und zu dem Fleisch in den Ofen stellen.

In der Zwischenzeit die Kartoffeln und den Sellerie schälen, klein schneiden und mit dem Selleriekraut in einem Topf mit Salzwasser gar kochen. Anschließend abgießen, mit der Crème double und der Butter verfeinern, sowie mit Salz, Pfeffer und frisch geriebenen Meerrettich abschmecken und grob stampfen.

Die gefüllte Putenbrust mit dem Sellerie-Meerrettich-Stampf auf Tellern anrichten, mit den Ofentomaten und der Sauce garnieren und servieren.