

| Die Küchenschlacht - Menü am 21. Oktober 2015 |
„Hauptgerichte“ Alexander Herrmann



Hauptgericht: „Seeteufelfilet mit Safranschaum, Kartoffelmousse und Zucchini-Julienne“ von Severine Petersen

Zutaten für zwei Personen

Für das Seeteufelfilet:

2 Seeteufelfilets, à 150 g, küchenfertig, ohne Haut
1 unbehandelte Zitrone
0,5 Bund Rosmarin
0,5 Bund Thymian
2 EL Olivenöl
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle

Für den Safranschaum:

1 Heftchen Safranfäden
700 ml Sekt
50 ml Sahne
2 EL Cointreau
50 g kalte Butter
Zucker, zum Abschmecken
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle

Für das Kartoffelmousse:

150 g mehligkochende Kartoffeln
0,5 unbehandelte Zitrone
50 ml Schlagsahne
50 g Butter
70 ml Milch
1 Muskatnuss
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle

Für die Zucchini-Julienne:

1 gelber Zucchini
1 grüner Zucchini
½ unbehandelte Zitrone
1 EL neutrales Öl
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle



Zubereitung

Für die Kartoffelmousse Kartoffeln schälen, in mittelgroße Stücke schneiden und in einem Topf mit leicht salzigem Wasser weich kochen.

Filets waschen und trockentupfen. Kräuter zupfen. Zitrone halbieren und auspressen. Filets mit Kräutern, Salz, Pfeffer und Zitronensaft marinieren. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und Filets sanft darin anbraten.

Für den Safranschaum Sekt in einen Topf geben und so lange einkochen lassen, bis er sich auf ungefähr die Hälfte reduziert hat. Anschließend Sahne hinzugeben und Flüssigkeit einkochen lassen, bis leicht eindickt. Safran und Cointreau hinzugeben und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Kurz vor dem Servieren kalte Butter zerkrümeln und in Sauce einrühren. Sauce vor dem Servieren aufschäumen.

Für die Kartoffelmousse Kartoffeln abgießen und anschließend pressen. Milch aufkochen und zusammen mit Butter unter Kartoffeln rühren. Sahne steif schlagen und ebenfalls unterheben. Dabei beachten, dass Mousse nicht zu flüssig wird. Zum Schluss Mousse kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Gelbe und grüne Zucchini in dünne Julienne schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zucchini darin ca. fünf Minuten von allen Seiten garen. Zitrone auspressen. Mit Salz, Pfeffer und einem Esslöffel Zitronensaft abschmecken.

Seeteufelfilet mit Kartoffelmousse, Zucchini-Julienne und Safranschaum auf Tellern anrichten und servieren.



Hauptgericht: „Hecht-Klößchen mit Petersiliensauce, Gnocchi und gerösteten Karottensticks“ von Marlene Wichmann

Zutaten für zwei Personen

Für die Hechtklößchen:

150 g Hechtfilet, eiskalt ohne Haut
75 ml Sahne
1 Zitrone
½ Msp. Safran
1 Ei
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Sauce:

1 Bund Petersilie, glatt
½ Knoblauchzehe
½ Zwiebel
1 Zitrone
25 ml Naturjoghurt
75 ml Crème fraîche
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Gnocchi:

250 g Ricotta
1 Ei
75 g Mehl
30 g Parmesan
Salz, aus der Mühle
Muskatnuss, zum Abschmecken

Für die Karotten:

3 Karotten
1 EL schwarzer Sesam
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Karotten schälen, waschen und in Streifen schneiden, anschließend mit Öl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Karottensticks bei 180 Grad in den Backofen geben.

Hechtfilet unter fließend kaltem Wasser abspülen und trockentupfen. Fisch von Gräten befreien und in kleine Würfel schneiden

Zitronensaft auspressen, ein Ei aufschlagen und Eiweiß vom Eigelb trennen.



Den gewürfelten Fisch mit einem halben Esslöffel Zitronensaft, mit der Hälfte Sahne, Safran, Salz und Pfeffer in Moulinette geben. Danach restliche Sahne und Eigelb begeben, nochmals in Moulinette geben abschmecken und kalt stellen.

Zwiebel abziehen und kleinhacken. Knoblauch abziehen und auspressen. Petersilie feinhacken und anschließend mit der Hälfte der ausgepressten Knoblauchzehe, Zwiebeln und Joghurt fein mixen. Dann mit Crème fraîche vermengen. Zum Schluss Petersiliensauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Pochieren Klößchen in eine flache Pfanne mit Wasser füllen, Zitronensaft begeben, salzen und unter dem Siedepunkt halten. Aus Hechtmasse mit zwei Esslöffeln Klößchen formen, ins Wasser geben und darin fünf Minuten pochieren.

Parmesan reiben, anschließend ein weiteres Ei aufschlagen und Eigelb vom Eiweiß trennen. Halbes Eigelb mit Ricotta, Parmesan und Mehl vermengen und mit Salz und Muskat abschmecken. Teig zu 2 cm dicken Rollen formen. Anschließend von der Teigrolle drei Zentimeter lange Stücke abschneiden.

Einen Topf mit Salzwasser erhitzen und Gnocchi portionsweise in kochendes Wasser geben. Im Anschluss zwei bis drei Minuten darin ziehen lassen und abschöpfen.

Geröstete Karotten aus Ofen nehmen und mit schwarzem Sesam bestreuen.

Petersiliensauce erwärmen.

Den Saucenboden auf tiefen Tellern anrichten und Hecht-Klößchen darauf geben. Gnocchi und Karottensticks daneben anrichten, mit Petersilie garnieren und servieren.



Hauptgericht: „Hirschsteak mit Preiselbeersauce, selbstgemachten Spätzle und Rahmwirsing“ von Jörg Röthinger

Zutaten für zwei Personen

Für die Hirschsteaks:

4	Hirschrückensteaks
200 g	Preiselbeeren, aus dem Glas
1	Zwiebel, klein
1 Zehe	Knoblauch
0,5 Bund	Thymian
1 Bund	glatte Petersilie
1	Peperoni, klein
200 ml	Sahne
500 ml	Wildfond
	neutrales Öl, zum Anbraten
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
	Salz, aus der Mühle

Für die selbstgemachten Spätzle:

200 g	Mehl
3	Eier
250 ml	Mineralwasser
	Butter, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle

Für den Rahmwirsing:

1 Kopf	Wirsing
200 ml	Sahne
	Butter, zum Anbraten
1	Muskatnuss
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
	Salz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Hirschsteaks waschen und trockentupfen. Pfanne mit etwas Öl erhitzen und Hirschsteaks scharf anbraten. Anschließend zum Warmhalten in den Ofen geben.

In einer Pfanne mit Bratensud Wildfond aufgießen. Knoblauch und Zwiebel abziehen und beides fein hacken. Peperoni halbieren, von Kernen befreien und sehr fein hacken. Thymian zupfen und ebenfalls fein hacken. Knoblauch, Zwiebel, etwas Peperoni sowie Thymian in Flüssigkeit geben. Aufkochen und Sauce einreduzieren lassen.

Für die Spätzle Mehl und Eier vermengen. Unter Zugabe von etwas Mineralwasser und einer Prise Salz klebrige Spätzlemasse herstellen. Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und Teig in Wasser hobeln.



Spätzle kurz kochen lassen, bis sie auf Wasseroberfläche schwimmen. Anschließend Spätzle herausnehmen, abtropfen lassen und in einer Pfanne mit Butter schwenken.

Für den Wirsing äußere Blätter vom Kohl befreien. Topf mit Salzwasser aufsetzen und Wirsing kurz blanchieren. Anschließend in Eiswasser abschrecken und in Streifen schneiden. Eine Pfanne mit Butter erhitzen und Wirsing darin anbraten. Mit Sahne aufgießen, kurz aufkochen und mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Preiselbeersauce Sahne angießen, Preiselbeeren dazugeben und Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nochmals kurz aufkochen. Petersilie zupfen, fein hacken und zur Sauce geben.

Hirschsteak mit selbstgemachten Spätzle, Rahmwirsing und Preiselbeersauce auf Tellern anrichten und servieren.



Hauptgericht: „Zanderfilet mit Joghurt-Senf-Sauce, Pellkartoffeln, Kürbisspalten und Gurkensalat“ von Anke Zimmermann

Zutaten für zwei Personen

Für das Zanderfilet:

400 g Zanderfilet, küchenfertig, ohne Haut
 2 EL Mehl
 2 EL Butterschmalz
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
 Salz, aus der Mühle

Für die Kartoffeln:

250 g Drillinge
 1 EL Butter

Für die Joghurt-Senfsauce:

150 g Naturjoghurt
 1 unbehandelte Zitrone
 3 EL Dijonsenf
 50 g kalte Butter
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
 Salz, aus der Mühle

Für die Kürbisspalten:

300 g Hokkaidokürbis
 1 unbehandelt Orange
 1 Knolle Ingwer
 1 Zehe Knoblauch
 2 Zweige Rosmarin
 2 EL Olivenöl
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
 Salz, aus der Mühle

Für den Gurkensalat:

1 Salatgurke
 1 Zwiebel
 1 Zweig Dill
 2 EL heller Balsamicoessig
 3 EL Rapsöl
 1 TL Zucker
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
 Salz, aus der Mühle

Zubereitung

Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Kartoffeln gründlich waschen und in Salzwasser gar kochen.



Kürbis putzen, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Rosmarin zupfen und fein hacken. Knoblauch abziehen. Ingwer schälen. Beides in dünne Scheiben schneiden. Orange halbieren und auspressen. Olivenöl mit Orangensaft, Rosmarin, Knoblauch und Ingwer verrühren. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kürbisspalten kurz darin marinieren. Anschließend in eine Auflaufform geben und etwa 20 Minuten backen.

Gurke schälen und in dünne Scheiben hobeln. Anschließend in einen Durchschlag geben und mit etwas Salz ziehen lassen. Für Dressing Öl, Essig und drei Esslöffel Wasser vermengen. Zwiebel abziehen und würfeln. Dill zupfen. Beides zum Dressing geben und mit Zucker und Pfeffer abschmecken. Anschließend Gurken ausdrücken und zum Dressing geben.

Zanderfilet waschen, trockentupfen und salzen. Mehl in einen Teller geben und Fisch darin wenden. In einer Pfanne Butterschmalz zerlassen. Zanderfilet darin von jeder Seite etwa zwei Minuten scharf anbraten. Pfanne anschließend von der Kochstelle nehmen, Fisch pfeffern und gar ziehen lassen.

Für Joghurt-Senfsauce Zitrone waschen. Anschließend Schale abreiben und mit Joghurt und Senf kurz erwärmen. Butter einrühren, schmelzen lassen und Hitze zurückdrehen. Sauce nicht kochen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Sauce lauwarm servieren.

Die Kartoffeln abgießen und pellen. In einer Pfanne Butter zerlassen und Kartoffeln darin schwenken.