

| Die Küchenschlacht - Menü am 18. März. 2015 |

„Hauptgerichte“ Mario Kotaska



Hauptgericht: „Rinderfilet mit Portweinsauce und Steinpilzrisotto“ von Sascha Weidig

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

350 g Rinderfilet
1 EL Butterschmalz
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Risotto:

250 g Risottoreis
70 g frische Steinpilze
2 Knoblauchzehen
2 Schalotten
50 g Parmesan
600 ml Gemüsefond
150 ml trockener Weißwein
60 g Butter
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Sauce:

2 Schalotten
1 Karotte
1 Staudensellerie
150 ml Portwein
150 ml trockener kräftiger Rotwein
200 ml Kalbsfond
10 Zweige Thymian
80 g kalte Butter
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Ofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Für die Sauce die Karotte schälen und würfeln. Die Schalotten abziehen und klein hacken. Den Staudensellerie waschen, trocknen und kleinschneiden. Den Thymian waschen und fein hacken. Den Rotwein, den Kalbsfond, den Thymian und das Gemüse in einen Topf geben und aufkochen und auf ein Drittel der Menge einreduzieren. Anschließend die Sauce passieren, mit der kalten Butter binden, mit Salz und Pfeffer abschmecken und beiseite stellen.

Für das Rinderfilet eine Pfanne bei mittlerer Hitze mit dem Butterschmalz erhitzen.



Die Rinderfilets waschen, trocken tupfen und von beiden Seiten salzen. Anschließend in der Pfanne mit dem Butterschmalz von beiden Seiten jeweils zwei Minuten anbraten. Die Temperatur reduzieren und die Seiten rundherum ebenfalls leicht braun braten. Abschließend beide Seiten pfeffern. Nun die Filets für etwa zehn Minuten in den Ofen legen und zur Hälfte der Zeit einmal wenden. Je nach Dicke der Filets die Temperatur leicht erhöhen.

Den Bratensatz in der Pfanne mit dem Portwein ablöschen und durch ein Sieb zur Sauce geben, die anschließend nochmals reduziert wird. Vor dem Servieren die Sauce aufschäumen und darauf achten, dass sie bis dahin nicht mehr kocht.

Die Steinpilze waschen, trocknen, fein schneiden und kurz in einer Pfanne mit Öl anbraten. Anschließend für das Risotto beiseite stellen.

Für das Risotto eine Pfanne mit der Hälfte der Butter erhitzen. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen, fein hacken und in der Pfanne glasig dünsten. Den Reis zugeben und für drei Minuten mitbraten lassen. Anschließend unter ständigem Rühren die Flüssigkeit bis zur Hälfte reduzieren. Nach und nach unter Rühren den Fond und den Weißwein dazugeben. Diesen Vorgang wiederholen, bis der Reis noch bissfest und das Risotto cremig ist. Den Parmesan dazureiben. Die Steinpilze in das Risotto geben und fünf Minuten mitgaren. Die restliche Butter abschließend unterheben.

Die Pfanne vom Herd nehmen und die restliche Butter dazugeben. Den Parmesan dazureiben und alles gut verrühren.

Das Risotto in einem Servierring anrichten. Das Rinderfilet daneben geben und mit der Sauce garnieren und servieren.



Hauptgericht: „Perlhuhnbrust mit buntem Gemüse, Langkornreis und mediterraner Sauce Hollandaise“ von Daniela von Buttlar

Zutaten für zwei Personen

Für die Perlhuhnbrust:

2 Perlhuhnbrüste à 150 g
5 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Gemüse:

1 rote Paprika
1 gelbe Paprika
1 Zucchini
1 kleine Aubergine
1 Dose geschälte Tomaten
20 g Parmesan, für die Garnitur
1 Knoblauchzehe
100 ml Gemüsefond
½ Bund Thymian
½ Bund glatte Petersilie
1 EL Zucker
5 EL Olivenöl
Cayennepfeffer, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Reis:

150 g Langkornreis
Meersalz

Für die mediterrane Hollandaise:

50 g Schalotten
10 g getrocknete, in Öl eingelegte Tomaten
10 g schwarze Oliven, entsteint
½ Zitrone
2 mittelgroße Eier
150 g warme Butter
100 ml trockenen Weißwein
100 ml Geflügelfond
2 Zweige Estragon
2 Stiele Basilikum
1 TL weiße Pfefferkörner
Cayennepfeffer, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle



Zubereitung

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Für die Perlhuhnbrüste eine Pfanne mit Olivenöl bei mittlerer Hitze vorbereiten.

Die Perlhuhnbrüste pfeffern und in der Pfanne auf der Hautseite goldbraun anbraten.

Den Reis in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser gar kochen.

Für die Hollandaise in einem Topf die Butter zerlassen. Wenn die Molke sich abgesetzt hat, das Ganze durch ein Sieb passieren.

Die Schalotten abziehen und klein würfeln. In einem Topf die Schalotten mit dem Weißwein, dem Geflügelfond, dem Estragon und den Pfefferkörnern erhitzen und auf etwa 50 Milliliter reduzieren. Die Reduktion durch ein Sieb in den Schlagkessel geben und erkalten lassen.

Währenddessen für das Gemüse die Rote und gelbe Paprika, die Zucchini und die Aubergine waschen und trocken tupfen. Die Paprika halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und in kleine Würfel schneiden. Die Zucchini halbieren, inneres weiches Fruchtfleisch mit einem Löffel entfernen und in Scheiben schneiden. Die Aubergine längs halbieren und dann vierteln. Anschließend die Paprika in einer Pfanne mit Olivenöl andünsten, die Aubergine und die Zucchini hinzufügen: Den Knoblauch abziehen, andrücken und dazugeben. Am Schluss die Tomaten kurz mitdünsten und den Knoblauch wieder entnehmen.

Das Gemüse etwas köcheln lassen und anschließend mit dem Gemüsefond ablöschen. Den Thymian und die Petersilie waschen, trockentupfen, die Blätter abzupfen, zerkleinern und unterheben. Mit Salz, Pfeffer, und Zucker abschmecken,

Ein heißes Wasserbad für die Hollandaise vorbereiten.

Die Eier trennen und die Eigelbe zur Reduktion geben und im Schlagkessel über dem heißen Wasserbad cremig aufschlagen. Das Eiweiß kann anderweitig verwendet werden. Den Kessel vom Wasserbad nehmen und erst tropfenweise und dann in einem dünnen Strahl die Butter zugeben. Die Zitrone auspressen und zwei Esslöffel des Saftes und den Cayennepfeffer zur Sauce geben. Anschließend falls nötig, die Hollandaise im Wasserbad wieder warmhalten. Das Basilikum waschen, trocken tupfen und klein hacken. Die getrockneten Tomaten und die Oliven kleinschneiden. Kurz vor dem Servieren die Tomaten, die Oliven und das Basilikum unterheben. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Den Reis in einem Servierring anrichten und das Gemüse obenauf setzen. Die Perlhuhnbrust anlegen und mit der mediterranen Hollandaise garnieren. Den Parmesan darüber reiben und servieren.



Hauptgericht: „Mediterrane Hähnchenpfanne mit Rosmarinkartoffeln und gefüllter Blätterteig-Empanada“ von Detlef Jansen

Zutaten für zwei Personen

Für die Hähnchenpfanne :

400 g	Hähnchenbrust
200 g	weiße Champignons
50 g	entsteinte schwarze Oliven
½	Zitrone
2	Schalotten
1	Knoblauchzehe
425 g	weiße Bohnen
2 EL	Crème fraîche
200 ml	Gemüsefond
3 EL	Rapsöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Empanada:

1 Platte	Blätterteig
50 g	luftgetrockneter Chorizo
30 g	Käse
1	kleines Ei
1 TL	edelsüßes Paprikapulver

Für die Rosmarinkartoffeln:

250 g	festkochende Kartoffeln
2 Zweige	Rosmarin
3 EL	Olivenöl
	Butter, zum Einfetten

Für die Garnitur:

15 g	essbare Blüten
2	Endivienblätter

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln waschen, trocknen und vierteln. Den Rosmarin waschen, trockentupfen und die Nadeln abzupfen. Ein Backblech fetten, die Kartoffeln darauf geben, mit Olivenöl beträufeln und mit einem Großteil vom Rosmarin bestreuen. Anschließend die Kartoffeln für 20 Minuten im Backofen fertig garen.

Währenddessen für die Empanada aus dem Blätterteig neun Zentimeter große Kreise ausstechen. Den Käse in eine Schüssel reiben und die Chorizo fein hacken. Beides vermischen und die Mischung in die Mitte des Teigkreises geben. Den Blätterteig zusammenklappen und die Ränder fest zusammendrücken. Die Teigtaschen in eine feuerfeste Form geben. Das Ei aufschlagen und



Eigelb und Eiweiß miteinander verrühren. Die Teigtaschen mit dem Ei bepinseln und mit dem Paprikapulver würzen.

Die Kartoffeln aus dem Ofen nehmen und den Ofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze umstellen. Die Teigtaschen für 15 Minuten in den Ofen geben.

Die Hähnchenbrust waschen, trockentupfen und in etwa drei Zentimeter große Stücke schneiden. Die Champignons putzen und halbieren. Die Schalotten und die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken.

Das Öl in einer hohen Pfanne erhitzen und die Champignons sowie die Hähnchenbruststücke scharf anbraten. Die Hähnchenbrust nach einer Minute wieder herausnehmen. Knoblauch und Schalotten in die Pfanne geben, kurz mitbraten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend die Kartoffeln aus dem Backofen entnehmen und mit den Champignons mitbraten. Die Oliven hinzugeben, mit dem Fond ablöschen und zugedeckt für 15 Minuten garen lassen. Am Ende die Crème fraîche hinzufügen.

Währenddessen die Bohnen mit kaltem Wasser abspülen. Die Zitrone waschen, trocknen und in Scheiben schneiden. Fünf Minuten vor Ende der Garzeit die Zitrone, die Hähnchenbruststücke und die Bohnen in die Pfanne geben.

Die Endivienblätter waschen und trockentupfen.

Die Endivienblätter auf die Teller legen, die Pfanne darauf anrichten, die Empanada dazugeben und mit dem restlichen Rosmarin und den Blüten garnieren und servieren.



Hauptgericht: „Seeteufelröllchen mit Garnelen-Frischkäse Füllung, Orangen-Fenchel-Gemüse, Currysahne und Basmatireis“ von Annalena Jänicke

Zutaten für zwei Personen

Für die Seeteufelröllchen:

4 Seeteufelfilets à 150g ohne Haut
300 g Eismeershrimps
100 g Frischkäse
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Orangen-Fenchel-Gemüse:

5 Orangen
2 Knollen Fenchel
1 Zwiebel
2 EL Butterschmalz
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Reis:

200 g Basmatireis
50 g Butter
Salz, aus der Mühle

Für die Currysahne:

200 ml Sahne
1 EL Currypulver
Salz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Ofen auf 90 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Einen Topf mit Dampfgareinsatz mit Wasser füllen und zum Kochen bringen.

Die aufgetauten Garnelen zusammen mit dem Frischkäse pürieren. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Das Seeteufelfilet mit der Frischkäse-Mischung bestreichen, einrollen und mit einem Faden zusammenbinden. Die Röllchen in eine feuerfeste Form legen, mit Frischhaltefolie bedecken und für 15 Minuten in den Ofen geben. Anschließend bei 90 Grad in einem Dampfgarer zu Ende garen.

Für den Reis einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Für die Currysahne 50 Milliliter der Sahne mit Curry aufkochen lassen. Anschließend leicht salzen und mit der restlichen Sahne vermischen. In den Sahnebereiter geben und im Kühlschrank aufbewahren.

Den Reis kochen und anschließend in Butter schwenken.



Eine Pfanne mit dem Butterschmalz bei mittlerer Hitze vorbereiten.

Für das Orangen-Fenchel-Gemüse die Zwiebel abziehen und klein hacken. Die Orangen filetieren und den Fenchel in Streifen schneiden. Die Zwiebeln im Butterschmalz andünsten und den Fenchel hinzugeben. Nach kurzer Zeit die Orangen ebenfalls dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und für etwa zehn Minuten fertig garen.

Das Orangen-Fenchelgemüse auf die Teller geben und die Seeteufelröllchen obenauf platzieren. Mit der Currysahne garnieren und servieren.