

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 07. September 2018** ▪  
**Finale mit Björn Freitag**



**Björn Freitag**

**Rinderfilet mit Süßkartoffelpüree, Blumenkohl-Crumble  
und Lakritz-Jus**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für das Fleisch:** Die Rinderfilets waschen, abtupfen und gegebenenfalls von Fasern und Sehnen befreien. Von allen Seiten salzen. Öl in einer Pfanne heiß werden lassen und Fleisch von beiden Seiten je eine Minute scharf anbraten. Fleisch im vorgeheizten Ofen bei 120 Grad ca. 12 Minuten weiter garen (Kerntemperatur: 56 Grad). Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

1 Rinderfilets, á 200 g  
 2 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Für das Püree:** Süßkartoffel und Karotten schälen und würfeln. Zwiebel abziehen, halbieren und würfeln. Öl in einem Topf erhitzen und Süßkartoffel, Karotten und Zwiebel anschwitzen. Mit Gemüsefond ablöschen und zugedeckt ca. 20 Minuten köcheln lassen. Chilisauce dazu geben. mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem Stabmixer fein pürieren.

1 Süßkartoffel  
 2 Karotten  
 1 Zwiebel  
 2 EL süße Chilisauce  
 200 ml Gemüsefond  
 1 EL Rapsöl  
 1 Muskatnuss, zum Reiben  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Für den Blumenkohl:** Blumenkohl waschen, trockentupfen und fein reiben. In einer Pfanne mit Butter ca. 2 Minuten lang anschwitzen. Panko dazu geben und rösten. Mit Salz und Chili abschmecken.

¼ Blumenkohl  
 3 EL Panko  
 3 EL Butter  
 Chili, aus der Mühle  
 Salz, aus der Mühle

**Für die Jus:** Bonbons im Mörser zerkleinern. Zusammen mit Bratenfond, Wein und Butter in einen kleinen Topf geben und köcheln lassen, bis eine cremige Konsistenz erreicht ist. Gegebenenfalls mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.

200 ml dunkler Bratenfond  
 100 ml roter Portwein  
 4 Lakritzbonbons  
 1 EL Butter  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

**Zusatzzutaten Liane:** Kerbel, Rosmarin und Thymian abrausen und trockenwedeln. Rosmarin und Thymian hat Liane zum aromatisieren des Fleisches benutzt. Den Kerbel hat sie fein gehackt und über das Gericht gestreut.

Kerbel  
 Rosmarin  
 Thymian

**Zusatzzutaten Tarek:** Blaubeeren waschen und trockentupfen. Schnittlauch abrausen und trockenwedeln. Mit den Blaubeeren und dem Anisschnaps hat Tarek seine Jus verfeinert. Den Schnittlauch hat er zur Dekoration verwendet.

Blaubeeren  
 Anisschnaps  
 Schnittlauch