

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 26. Juli 2019 ▪**
ChampionsWeek ▪ "Finalgericht" mit Mario Kotaska



Mit Garnele gefülltes Seezungenröllchen auf Tomaten-Fenchel-Kompott und Zitronen-Basilikum-Aioli

Zutaten für zwei Personen

Für die gefüllten Seezungenröllchen:

- 1 ganze, große Seezunge, küchenfertig, mit Haut
- 4 Seawater Garnelen, 8/12er, ohne Schale, ohne Darm
- 4 Mangoldblätter
- 2 EL feines Kalbsbrät (vom Metzger)
- 1 EL geschlagene Sahne
- 1 Ei
- 50 g Panko
- Mehl, zum Mehlieren
- Olivenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Die Seezunge filetieren. Dabei die Hautseite von der Seite am Knochen unterscheiden.

Einen Topf mit stark gesalzenem Wasser erhitzen. Den Mangold putzen und darin blanchieren. In Eiswasser abschrecken und zwischen zwei Geschirrtüchern leicht plattieren. Die geschlagene Sahne unter das Kalbsbrät heben.

Die Seezungenfilets nun mit der Hautseite nach oben zwischen Klarsichtfolie plattieren, anschließend leicht würzen und dünn mit Brät bestreichen. Mangoldblätter darauf „anpassen“ und mit der Länge nach halbierten Garnelen belegen. Diese ebenfalls leicht würzen und nun mit leichtem Druck zu einer geschlossenen Rolle formen. Die offenen Seiten mit restlichem Brät verschließen und nun die Röllchen, wie ein Schnitzel, zunächst in Mehl, dann in Ei und schließlich in Panko panieren. In heißem Öl von allen Seiten goldgelb anbraten und im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten fertig garen. Die Garnelen sollen noch glasig sein.

Für das Kompott:

- 200 g Kirschtomaten
- 1 kleine Knolle Fenchel
- ½ rote Chili
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL gereifter Balsamico
- ½ TL Safranfäden
- 10 kleine Basilikumblätter
- 1 EL Pinienkerne
- 1 EL brauner Zucker
- 2 EL Olivenöl

Für das Kompott die Kirschtomaten kurz blanchieren, in Eiswasser abschrecken und schälen. Knoblauch abziehen Chili von Kernen befreien und beides kleinschneiden. Alles in Olivenöl anbraten. Je nach Größe Fenchel vierteln oder sechsteln und dazugeben und mit braunem Zucker leicht karamellisieren. Mit dem unten zubereiteten Krustentiersud und Safranfäden zu einem suppigem Kompott einkochen. Mit Balsamico abschmecken. Kurz vor dem Servieren mit frischen Basilikumblättern und gerösteten Pinienkernen garnieren.

Für den Sud:

- 4 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 20 g Butter
- 4 Zweige Basilikum
- 2 Zweige Estragon
- 200 ml Krustentierfond
- 4 cl Wermut
- 50 ml Balsamico, gereift

Für den Sud Schalotten und Knoblauch abziehen, kleinschneiden und in Butter ohne Farbe anschwitzen. Mit Wermut ablöschen und mit Krustentierfond und der kleingeschnittenen Seezungenkarkasse auffüllen. Kräuter waschen, trockenwedeln und hacken. Dazugeben und alles einköcheln lassen. Zum Schluss mit Balsamico abschmecken.

Für die Aioli: Knoblauchzehe abziehen und in den Mixer geben. Zitrone waschen, die Schale abreiben und den Saft auspressen. Beides mit in den Mixer geben, ebenso wie das geschnittene Basilikum. Alles mixen. Eier trennen, Eigelbe und Senf hinzugeben und die Masse in einem schlanken Gefäß kurz sacken lassen. Mit Sonnenblumenöl auffüllen. Erneut kurz sacken lassen und anschließend mit einem Pürrierstab auf dem Becherboden mixen, bis eine leichte Creme entsteht. Danach langsam hochziehen und verbliebenes Öl emulgieren. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Zusatzzutaten von Lubina: *Currypulver und etwas Saft der Orange hat Lubina zum Verfeinern des Kompotts verwendet.*
Curry
Vanille *Etwas Vanillemark hat Lubina in den Sud gegeben.*
Orange

Zusatzzutaten von Siber: *Currypulver hat Siber zum Verfeinern des Kompotts verwendet.*
Wacholder *Wacholder hat Siber in den Sud gegeben.*
Lavendel *Den Lavendel hat Siber in die Panade gegeben.*
Curry

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 26. Juli 2019 ▪
ChampionsWeek ▪ Zusatzgericht von Mario Kotaska



Mario's Kleinigkeit: Kalbsfalafel auf rotem Tomaten-Zwiebel-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für die Falafel:

- 100 g Kalbsbrät
- 200 g Kalbshackfleisch
- 100 g Kichererbsen, aus der Dose
- 1 kleine rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL gemahlener Kreuzümmel
- 4 EL Kichererbsenmehl
- 1 Prise Piment d'Espelette
- Salz, aus der Mühle

Für die Falafel alle Zutaten vermengen, abschmecken und ca. 15 Minuten quellen lassen. Anschließend mit Hilfe von zwei Esslöffeln kleine Nocken abstechen und in heißem Olivenöl 6-8 Minuten rundherum goldbraun ausbraten. Auf Küchenpapier entfetten.

Für den Salat:

- 10 geschälte Kirschtomaten
- 1 Zitrone
- 2 rote Zwiebeln
- 2 geschälte Knoblauchzehen
- 100 ml Tomatensaft
- 4 Zweige Koriander
- 2 EL Olivenöl
- ½ TL geröstete Korianderkörner
- ½ TL geröstete Fenchelsamen

Knoblauch abziehen hacken und in Olivenöl farblos anschwitzen. Tomaten schälen und dazugeben. Mit Tomatensaft ablöschen und kurz einköcheln lassen. Mit Korianderkörnern und Fenchelsamen abschmecken.

Rote Zwiebeln hauchdünn hobeln und mit Saft und Abrieb der Zitrone marinieren. Vor dem Anrichten rote Zwiebeln mit Tomatensugo vermischen und mit Koriander garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.