

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 26. September 2023** ▪
Vorspeisen mit Alexander Kumptner



Tanja Kollischan

Avocado-Blini mit Lachstatar, Limetten-Crème-fraîche und Meerrettich-Chip

Zutaten für zwei Personen

Für die Avocado-Blini:

1 reife Avocado
 1 Limette, davon Saft
 2 Eier
 Butterschmalz, zum Braten
 75 g Mehl
 1 Pck. Backpulver
 Cayennepfeffer, zum Würzen
 Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Limette halbieren und den Saft auspressen. Avocado halbieren und den Kern entfernen. Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale herauslösen und zusammen mit dem Saft von einer Limette mit einer Gabel oder einem Kartoffelstampfer zerdrücken.

Eier verquirlen und zusammen mit Mehl und Backpulver zur Avocado geben. Alles gründlich mischen, mit Salz und Cayennepfeffer würzen.

In einer beschichteten Pfanne Butterschmalz erhitzen. Bei mittlerer Hitze aus dem Teig kleine Blini von beiden Seiten goldbraun ausbacken.

Für das Lachstatar:

80 g Lachs, ohne Haut
 80 g Räucherlachs
 1 Schalotte
 2 Limetten, davon Abrieb
 3 EL Sahnemeerrettich
 2-3 Zweige Dill
 1 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Dill von den Stielen zupfen und fein schneiden. Schalotte in ein Sieb geben und mit heißem Wasser übergießen. Limetten heiß abspülen und die Schale abreiben.

Rohen und geräucherten Lachs erst in dünne Scheiben, dann in sehr feine Würfel schneiden. Beides vermengen und mit Sahnemeerrettich, Dill, Schalotte, Limettenabrieb, Olivenöl, Salz und Pfeffer gut vermengen und ca. 10 Minuten ruhenlassen.

Für den Dip:

150 g Crème fraîche
 200 g Mascarpone
 1 Limette, davon Abrieb & Saft
 2-3 EL Rote-Bete-Saft
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Limette heiß abspülen und die Schale abreiben, dann den Saft auspressen. Saft und Abrieb mit Crème fraîche, Mascarpone und Rote-Bete-Saft verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Meerrettich:

1 Meerrettichwurzel, ca. 10 cm lang
 Puderzucker, zum Bestreuen

Meerrettich schälen. Dann mit dem Sparschäler lange Streifen abschneiden und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Meerrettichstreifen mit Puderzucker bestreuen und im heißen Ofen knusprig backen.

Für die Garnitur:

80 g Saiblingskaviar
 2-4 Dillblüten

Gericht mit Saiblingskaviar und Dillblüten garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Sollten Sie **Lachs** verarbeiten wollen, dann greifen Sie auf pazifischen Lachs zurück. Laut WWF sind Fische aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand September 2023):

- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Alaska (Wildfang (alle Fangmethoden))
- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Kanada (Buckellachs (Oncorhynchus gorbuscha), Ketalachs (Oncorhynchus keta): Ringwaden, Schleppangeln)



Jürgen Escher

Dreierlei Chips mit dreierlei Dips

Zutaten für zwei Personen

Für die Chips:

6 Streifen Bacon
2 Drillinge
½ Süßkartoffel
10 g Parmesan
Neutrales Fett, zum Frittieren
Edelsüßes Paprikapulver, zum Würzen
Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Bacon auf einem Backblech auslegen und im Backofen knusprig backen.

Drillinge und Süßkartoffel waschen, trockentupfen und in dünne, 1-2 mm dicke Scheiben schneiden. Scheiben in kaltes Wasser geben und die Stärke herauswaschen. Kartoffelscheiben trockentupfen.

Fritteuse auf 150 Grad erhitzen und Kartoffelscheiben im heißen Fett frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen, dann mit Salz und Paprikapulver würzen. Parmesan reiben und Süßkartoffelchips damit bestreuen.

Für die Tomaten-Frischkäsecreme:

150 g Frischkäse
200 g Crème fraîche
4 Knoblauchzehen
30 g getrocknete Tomaten, in Öl eingelegt
30 g Tomatenmark
1 Zweig Basilikum
Edelsüßes Paprikapulver, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und pressen. Getrocknete Tomaten klein hacken. Frischkäse mit Crème fraîche, Knoblauch, Tomaten und Tomatenmark ordentlich verrühren. Mit Pfeffer, Salz und Paprikapulver abschmecken. Creme mit Basilikum garnieren.

Für Lachs-Creme:

150 g Stremellachs
1 Zitrone, davon Abrieb
150 g Frischkäse
150 g Quark, 40 % Fett
200 g süße Sahne
30 g Sahnemeerrettich, aus dem Glas
2 Zweige Dill
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitrone heiß abspülen und die Schale abreiben.

Frischkäse, Quark, Sahne und Sahnemeerrettich cremig verrühren und mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb abschmecken. Stremellachs vorsichtig mit einer Gabel zerkleinern und unter die Masse mischen.

Einen Zweig Dill kleinhacken, zugeben und Creme erneut abschmecken. Mit restlichem Dill garnieren.

Für die Mayonnaise:

1 Zitrone, davon Saft
2 Eier
½ TL mittelscharfer Senf
200 ml Sonnenblumenöl
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Eier trennen. Eigelbe, Salz, Pfeffer und Senf in ein hohes Rührgefäß geben und mit dem Stabmixer verrühren, nach und nach das Öl zugeben. So lange rühren, bis die klassische Mayonnaise-Konsistenz entstanden ist. Zitrone halbieren, Saft auspressen und Mayonnaise mit Zitronensaft abschmecken. Ggf. mit Zucker abschmecken. Mayonnaise für den Eiersalat beiseitestellen.

Für den cremigen Eiersalat: Eier 7-8 Minuten hart kochen. Eier aus dem Wasser nehmen, abkühlen lassen, pellen und sehr klein schneiden.

6 Eier
1 Apfel
1 süße Speisezwiebel
1 EL mittelscharfer Senf
1 TL Currypulver
1 Prise Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Apfel waschen, trockentupfen und sehr klein schneiden. Zwiebel abziehen und sehr klein schneiden.

Eier mit Apfel, Zwiebel und Senf vermischen. Mit Currypulver, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend die zuvor hergestellte Mayonnaise unterheben und alles miteinander verrühren bis eine cremige Konsistenz entsteht. Abschließend final abschmecken.

Für die Garnitur: Gericht mit Rosmarin garnieren.

1-2 Zweige Rosmarin

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Sollten Sie **Lachs** verarbeiten wollen, dann greifen Sie auf pazifischen Lachs zurück. Laut WWF sind Fische aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand September 2023):

- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Alaska (Wildfang (alle Fangmethoden))
- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Kanada (Buckellachs (Oncorhynchus gorbuscha), Ketalachs (Oncorhynchus keta): Ringwaden, Schleppangeln)



Renate Stolzenberger-Hamers

Panierter Ziegenfrischkäse mit karamellisierten Birnenscheiben, Walnüssen und buntem Salat

Zutaten für zwei Personen

Für den Ziegenfrischkäse:

1 Rolle Ziegenfrischkäse
1 Ei
4 EL Butter
100 g ganze Walnüsse
100 g Panko
50 ml Rapsöl

Den Ziegenfrischkäse in Scheiben schneiden. Walnüsse in der Pfanne anrösten, dann zerkleinern und mit Panko mischen. Ei in einer Schüssel verquirlen. Ziegenfrischkäse erst in Ei und dann in der Nuss-Panko-Mischung panieren und kaltstellen.

Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die panierten Ziegenkäsetaler anbraten. Butter hinzugeben und Käse damit übergießen.

Für die Birnen:

2 Birnen
1 Zitrone, davon Saft
3-4 EL Walnüsse
2 EL Butter
5 EL flüssiger Honig
2 EL brauner Zucker
½ EL Zimt
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Birnen in Spalten schneiden und in einer Pfanne in 1 EL Butter glasig braten. 1 EL Zucker, Zimt und Hälfte des Honigs dazugeben. Walnüsse in einer zweiten Pfanne rösten, in der restlichen Butter anschwitzen und mit restlichen Honig und Zucker karamellisieren. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Zitrone halbieren, eine Hälfte auspressen und Walnüsse mit Zitronensaft beträufeln.

Für den Salat:

50 g Friséesalat
50 g Feldsalat
1 Radicchio
6 Cocktailtomaten
6 Radieschen

Salat putzen. Tomaten und Radieschen klein schneiden und vorsichtig mit dem Salat vermengen.

Für das Dressing:

1 EL flüssiger Honig
1 EL Dijonsenf
2 EL Balsamicoessig
2 EL Kürbiskernöl
4 EL Rapsöl
4 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Honig und Senf mit Rapsöl, Olivenöl, Balsamicoessig und Kürbiskernöl mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dressing mit dem Salat vermengen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Oliver Giemsa

Schlesische Saure-Gurken-Suppe und Palatschinke-Röllchen mit frisch geräuchertem Lachs

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe:

6-7 (süß-) saure Gewürzgurken mit
Gurkensud
250 g festkochende Kartoffeln
1 Petersilienwurzel
50-100 g Knollensellerie
1 Karotte
½ Zwiebel
75 ml Saure Sahne
2 EL Butter
750 ml Gemüsefond
½ Bund Dill
1 TL Zucker
Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die sauren Gurken raspeln und beiseitestellen. Sud der Gurken aufbewahren. Zwiebel abziehen, fein würfeln, das restliche Gemüse schälen und würfeln.

Öl mit Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Kartoffeln hinzugeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Nach und nach das restliche Gemüse hinzugeben und etwas mitbraten. Gemüsefond hinzugeben und mit Deckel köcheln lassen.

Saure Gurken in eine heiße Pfanne mit etwas Öl geben. So lange anbraten, bis die meiste Flüssigkeit verdampft ist, dann zur Suppe geben. Sud der sauren Gurken und Zucker hinzufügen.

Wenn das Gemüse gar ist, etwas von der Flüssigkeit mit der Sauren Sahne vermengen und wieder in die Suppe geben. Dill hacken und in die Suppe geben. In tiefen Tellern servieren.

Für den Lachs:

150 g Lachsfilet, ohne Haut
½ Zitrone, davon Saft & Abrieb
2 cl Cognac
2 Zweige Thymian
4-5 getrocknete Wacholderbeeren
3 EL Rohrzucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Räucherchips + Räucherspäne Buche,
gemischt

Zitrone heiß abspülen, die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft einer halben Zitrone auspressen. Salz, Pfeffer, Cognac, Rohrzucker, Zitronenabrieb und -saft in einer Schüssel mischen. Thymianblättchen hineinzupfen und das Lachsfilet darin 10-15 Minuten marinieren.

Räucherchips und Räucherspäne mit Wacholderbeeren in ein feuerfestes Gefäß streuen und den Lachs auf einem Gitter darüber positionieren. Buchenchips anzünden und den Lachs mit einem Deckel abdecken, so dass der Rauch nicht entweichen kann und in den Lachs einzieht. Lachs anschließend in dünne Scheiben schneiden.

Für die Palatschinke:

1 frische Gurke
Frischkäse, zum Bestreichen
2 Eier
250 ml Milch
125 g Mehl
Salz, aus der Mühle
Öl, zum Braten

Mehl mit Eiern und Salz vermengen. Nach und nach Milch hinzufügen, bis es die gewünschte Konsistenz ergibt. Teig etwa 20 Minuten ruhen lassen. Vor dem Ausbacken nochmals kräftig verrühren. Öl in einer Pfanne erhitzen und gleichmäßige Palatschinke darin ausbacken.

Palatschinke mit Frischkäse bestreichen, mit frisch geräuchertem Lachs und fein geschnittenen Gurkenscheiben belegen. Einrollen, in ca. 3 cm dicke Stücke schneiden und zu der Suppe servieren.

Für die Garnitur:

1-2 Zweige Petersilie

Petersilie hacken und über die Suppe und Röllchen geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Sollten Sie **Lachs** verarbeiten wollen, dann greifen Sie auf pazifischen Lachs zurück. Laut WWF sind Fische aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand September 2023):

- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Alaska (Wildfang (alle Fangmethoden))
- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Kanada (Buckellachs (Oncorhynchus gorbuscha), Ketalachs (Oncorhynchus keta): Ringwaden, Schleppangeln)



Franziska Marciulonis

Glasnudelsalat mit Rinderfiletstreifen

Zutaten für zwei Personen

Für die Glasnudeln:
150 g Glasnudeln

Die Glasnudeln ohne Salz kochen. Dann kalt abschrecken und zur Seite stellen. Nudeln mit einer Küchenschere zerschneiden.

Für die Marinade:
½ Zitrone, davon Saft
2 TL Sesamöl
1 TL brauner Zucker

Zitronensaft auspressen und mit Sesamöl und Zucker verrühren. Zerkleinerte Glasnudeln mit der Marinade mischen.

Für das Gemüse:
1 Bund grüner Thai-Spargel
1 Bund feine Möhren
1 rote Paprikaschote
1 Bund Frühlingszwiebeln
1 kl. Knolle Ingwer

Gemüse putzen, ggf. schälen und in feine Streifen schneiden.

Für das Fleisch:
200 g Rinderfilet
1 Knoblauchzehe
1 EL Fischsauce
2 EL. Sojasauce

Rinderfilet in Streifen schneiden. Knoblauch abziehen und pressen. Rinderfilet mit Knoblauch, Fischsauce und Sojasauce marinieren und ziehen lassen.

Für die Fertigstellung:
2 Limetten, davon Saft & Abrieb
1 EL Fischsauce
2 EL Sojasauce
1 EL getröstetes Sesamöl
Olivenöl, zum Braten
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin kurz das Rinderfilet anbraten. Fleisch auf eine Seite schieben, auf die andere Seite das Gemüse geben und anbraten. Dann vermengen und mit Fischsauce, Sojasauce, Sesamöl und Pfeffer abschmecken.

Limetten heiß abspülen, die Schale abreiben, dann Saft auspressen. Salat mit Limettensaft und –abrieb abschmecken.

Für die Garnitur:
50 g Erdnüsse, ohne Salz
1 EL weiße Sesamsaat
1 Bund Koriander

Erdnüsse und Sesam in einer Pfanne gleichmäßig anrösten. Koriander hacken. Gericht mit Erdnüssen, Sesam und Koriander garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.