

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 29. Juni 2026** ▪
Leibgericht mit Alexander Kumptner



Mustafa Karadag

Arabischer Kebap vom Rinderfilet mit türkischem Mandel-Reis und Knoblauch-Zitronen-Joghurt

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch und Gemüse:

200 g Rinderfilet
 1 rote Spitzpaprika
 1 grüne Spitzpaprika
 ½ Fleischtomate
 1 kleine Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 2 EL Granatapfelkerne
 1 TL Butter
 1 EL Tomatenmark
 1 TL Paprikamark
 Olivenöl, zum Braten
 ½ Bund glatte Petersilie
 ½ TL gemahlener Kümmel
 ½ TL Chiliflocken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel und Knoblauch abziehen und in kleine Würfel schneiden. Paprika und Tomate ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Rinderfilet ebenfalls in mundgerechte Würfel schneiden. Fleisch in einer sehr heißen Pfanne mit Olivenöl 1–2 Minuten scharf anbraten, dann herausnehmen und ruhen lassen. In derselben Pfanne Zwiebel und Knoblauch mit Tomatenmark und Paprikamark in Olivenöl anrösten. Paprika hinzufügen und kurz mitbraten. Anschließend Tomatenwürfel und etwas Wasser zugeben. Mit Salz, Pfeffer, Kümmel und Chiliflocken würzen und einige Minuten köcheln lassen. Fleisch wieder in die Pfanne geben, kurz durchziehen lassen und bei Bedarf noch einen kleinen Schuss Wasser zugeben. Zum Schluss die Butter einrühren und gehackte Petersilie unterheben. Mit Granatapfelkernen und etwas Petersilie garnieren.

Für den Reis:

200 g Rundkornreis
 2 EL Tel-Şehriye (Fadennudeln)
 2 EL Butter
 1 EL Pflanzenöl
 2 EL Mandelsplitter
 Salz, aus der Mühle

Reis gründlich waschen, bis das Wasser klar ist. Reis abtropfen lassen. 400 ml Wasser in einem Wasserkocher erhitzen. In einem Topf Pflanzenöl erhitzen und die Fadennudeln unter ständigem Rühren goldbraun anrösten. Achtung, die Nudeln verbrennen schnell. Reis hinzufügen und ca. 1 Minute mitrösten. 400 ml heißes Wasser angießen, salzen und Butter zugeben. Kurz aufkochen lassen, dann den Deckel auflegen und bei niedriger Hitze ca. 15 Minuten ziehen lassen. Herd ausschalten und den Reis weitere 5–10 Minuten ruhen lassen. Dafür ein Stück Küchenpapier zwischen Topf und Deckel klemmen. Mandelsplitter in einer Pfanne ohne Fett rösten und anschließend unter den Reis heben.

Für den Joghurt:

1 Knoblauchzehe
 ½ Zitrone, Saft & Abrieb
 4 EL Joghurt, 10 % Fett, stichfest
 1 TL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle

Knoblauch abziehen. Anschließend fein reiben oder hacken. Mit Joghurt, 1 EL Zitronensaft und Olivenöl verrühren. Mit Salz abschmecken und mit Zitronenabrieb verfeinern.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.