

**| Die Küchenschlacht - Menü am 22. August 2016 |**  
**Leibgericht mit Nelson Müller**



**Leibgericht: „Himmel und Erde“ von Tobias Beck**

**Zutaten für zwei Personen**

*Für das Kartoffel-Püree:*

400 g mehligkochende Kartoffeln  
100 g Knollensellerie  
200 g Butter  
Muskatnuss, zum Abschmecken  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für die Röstzwiebeln:*

2 große Speisezwiebeln  
100 g Mehl  
Butter, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer, aus der Mühle

*Für die Zwiebel-Jus:*

1 große Speisezwiebel  
400 ml Kalbsfond  
2 Lorbeerblätter  
2 Zehen Knoblauch  
4 Zweige Majoran  
3 EL Butter  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für das Apfelragout:*

1 saurer, harter Apfel  
1EL brauner Rohrzucker  
6 cl Calvados  
2 EL Apfelmus  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für die Blutwurst:*

200 g Blutwurst  
50 g Mehl  
50 g Polenta  
3 Zweige Thymian  
3 Zweige Rosmarin  
Butter, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle



## Zubereitung

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Für das Püree die Kartoffeln schälen und halbieren. Sellerie schälen und in etwa gleichgroße Stücke schneiden. Kartoffel und Sellerie in Salzwasser kochen. Beides zusammen stampfen, bis ein Brei entsteht. Püree mit Muskat, Salz, Pfeffer und Butter verfeinern.

Für die Jus die Zwiebel abziehen und in grobe, gleichmäßige Stücke schneiden. In einer Pfanne mit Butter anschwitzen und mit dem Kalbsfond ablöschen. Lorbeerblatt mit angedrückter Knoblauchzehe und Majoranzweig mitkochen lassen und zum Schluss wieder herausnehmen. Zwiebelstücke kurz absieben und beiseite stellen. Mit dem Stabmixer die Jus mit Butter abbinden. Anschließend wieder mit den Zwiebelstücken vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Apfelragout den braunen Zucker in einer Pfanne erwärmen. Apfel schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Zu dem Zucker geben und mit einem Schuss Calvados ablöschen. Apfelmus dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Köcheln lassen bis die Konsistenz des Ragouts schön schlotzig ist.

Für die Röstzwiebeln Zwiebel abziehen und in gleichmäßige, dünne Ringe schneiden, danach mehlieren. In einer heißen Pfanne mit Butter goldbraun backen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Pfeffer und etwas Salz würzen.

Die Blutwurst in drei Zentimeter dicke Scheiben schneiden und in einer Mischung aus Mehl und Polenta wenden. Blutwurst danach in einer Pfanne mit Butter ausbacken, Thymian- und Rosmarinzweige ebenfalls in die Pfanne geben, mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend Blutwurst entnehmen und auf einem Küchentuch abtropfen lassen.

Einen Klecks Kartoffelpüree auf Tellern anrichten und die Blutwurst darauf geben. Das Apfelragout und die Röstzwiebeln daneben geben. Blutwurst mit ein wenig Zwiebeljus beträufeln. Die übrige Zwiebeljus in einer Sauciere dazu reichen und zusammen servieren.



## **Leibgericht: „Zürcher Geschnetzeltes mit Kartoffelpuffer und Wildkräuter-Salat“ von Tamara Marina Fritz**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für das Geschnetzelte:*

300 g	Kalbsrücken
150 g	braune Champignons
2	Schalotten
100 ml	Sahne
35 g	Butterschmalz
150 ml	Kalbsfond
75 ml	trockener Weißwein
20 ml	Sojasauce
10 g	Speisestärke
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Kartoffelpuffer:*

500 g	festkochende Kartoffeln
1	Zwiebel
2	Eier
35 g	Butter
35 g	Butterschmalz
50 g	Mehl
1	Muskatnuss, zum Reiben
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für den Wildkräuter-Salat:*

250 g	Wildkräutermischung
1	Orange
5 EL	Rotweinessig
2 EL	Honig
½ Bund	Petersilie
	Zucker, zum Abschmecken
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Ofen auf 60 Grad Umluft vorheizen.

Für die Kartoffelpuffer Kartoffeln schälen, auf der groben Seite einer Vierkantreibe raspeln und abtropfen lassen. Zwiebel abziehen und fein reiben. Kartoffel- und Zwiebelraspel in einer Schüssel mit Mehl und einer Prise Salz vermengen und mit Muskat würzen.



Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Kartoffelmasse hinein geben, mit einem Pfannenwender zu jeweils einem Kuchen zusammenschieben. Die Puffer bei mittlerer Hitze auf der Unterseite goldbraun braten, anschließend stürzen. Die zweite Seite ebenfalls goldbraun braten, dabei am Rand einen halben Esslöffel Butter dazugeben. Die fertigen Kartoffelpuffer mit Salz und Pfeffer würzen und im Backofen warmhalten.

Für das Geschnetzelte Schalotten abziehen und in Streifen schneiden. Champignons säubern, Stiele kürzen und vierteln. Kalbfleisch in dünne Streifen schneiden und mit Speisestärke und Sojasauce vermengen. Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Fleischstreifen darin portionsweise von allen Seiten scharf anbraten, herausheben und beiseite stellen. Geschnittene Zwiebeln und Champignons in derselben Pfanne anbraten, ebenfalls herausheben und zum Fleisch geben. Den Bratensatz mit Weißwein ablöschen und aufkochen lassen.

Für den Wildkräutersalat die Wildkräuter waschen und trocken tupfen. Orange halbieren und auspressen. Zucker mit Salz, Pfeffer, Orangensaft, Honig, Essig und Öl vermengen und eine Vinaigrette herstellen.

Schlagsahne halbsteif schlagen, mit Kalbsfond zum Weißweinsud geben und gut verrühren. Sämig einkochen lassen, anschließend mit der restlichen Butter vermengen. Das Fleisch, Pilze und Sojasauce hineingeben nochmals aufkochen. Nun das Geschnetzelte mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie abrausen und trocken schütteln. Die Blätter abzupfen, fein hacken und unter das Geschnetzelte heben.

Die Kartoffelpuffer auf einen Teller geben und das Geschnetzelte dazu anrichten. Die Wildkräuter marinieren, auf ein extra Teller anrichten, und mit den Stiefmütterchen dekorieren.



## **Leibgericht: „Exotische Paella“ von Wolfgang Heidkamp**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Paella:*

150 g	Riesengarnelen in der Schale
150 g	Kaisergranat, in der Schale
150 g	Garnelen, küchenfertig
100 g	Minitintenfische, küchenfertig
100 g	Venusmuscheln, in der Schale
200 g	Hähnchenbrustfilet
300 g	Paella-Reis
100 g	Kichererbsen
2 Zehen	Knoblauch
1	Ananas
1	Mango
1	Zitrone
100 g	Sesam
200 ml	Sesamöl
100 ml	Kokoswasser
250 ml	Fischfond
2 EL	Ahornsirup
3 g	Safranpulver
20 g	edelsüßes Paprikapulver
	Chiliflocken, aus der Mühle
	grobes Meersalz, zum Würzen
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Für die Paella Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen und Paellareis darin kochen. Danach beiseite stellen, Wasser abgießen und im Topf zugedeckt abkühlen lassen.

Unterdessen eine Pfanne mit zwei Esslöffel Sesamöl erwärmen. Riesengarnelen und Kaisergranat darin mit Schale anbraten und warm stellen. In einer weiteren Pfanne mit Sesamöl Muscheln, Tintenfische und Garnelen ohne Schale dazugeben, rosa anbraten. Knoblauchzehen abziehen und durch die Presse dazu geben. Hitze ausstellen und Deckel auf die Pfanne geben.

Hähnchenbrust waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Chiliflocken, edelsüßes Paprikapulver, zwei Esslöffel Ahornsirup, 100 Gramm Sesam und ein Esslöffel Sesamöl zu einer Marinade vermengen. Hähnchenbrustwürfel darin einige Minuten ziehen lassen.

Mango schälen, entkernen und klein würfeln. Ananas schälen und in kleine Würfel schneiden. Einen kleinen Teil der Ananas für die Garnitur beiseite stellen.

Eine Pfanne mit Öl erhitzen und marinierte Hähnchenbrustwürfel darin scharf anbraten. Paellareis dazugeben mit anbraten. Fischfond und Safranpulver dazugeben. Bei geringer Hitze weiter garen und Flüssigkeit einkochen lassen. Tintenfisch, Muscheln und Garnelen ohne Schale, Kichererbsen und Kokoswasser unterrühren und alles vermengen. Anschließend Herd ausstellen und mit Salz und Pfeffer würzen. Zitrone schälen und würfeln. Mango-, Ananas- und Zitronenwürfel dazugeben und nochmals gut vermengen. Paellareis auf Tellern anrichten, Riesengarnelen und Kaisergranate in der Schale auf den Reis geben. Mit Ananas garnieren und servieren.



## **Leibgericht: „Flambierte Kalbsnierchen in Senfsauce mit Kartoffelrösti, Champignons und grünen Bohnen“ von Christel Frey**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Kalbsnierchen in Senfsauce:*

2	Kalbsnierchen, á 200 g, gewässert
3	Schalotten
200 ml	Milch
50 g	Butter
200 ml	Crème double
200 ml	brauner Kalbsfond
100 ml	halbtrockener Pfälzer Riesling
2 cl	Weinbrand
30 ml	Weinessig
1 EL	Senf
1 EL	Zucker
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Kartoffel-Rösti:*

1	festkochende Kartoffel
1	Ei
1	Muskatnuss, zum Reiben
	Butter, zum Ausbacken
	Rapsöl, zum Ausbacken
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für das Gemüse:*

50 g	grüne Prinzessböhnchen
6	Champignons
1 Zehe	Knoblauch
200 ml	Gemüsefond
2 Zweige	Bohnenkraut
	Chilisalz, zum Abschmecken
	Butter, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Für die Kalbsnierchen diese säubern, waschen, trockentupfen und in Milch legen.

Schalotten abziehen und kleinhacken. In einem Topf Zucker bei mittlerer Hitze und unter Rühren schmelzen und karamellisieren lassen. Anschließend mit Weinessig ablöschen und mit der Hälfte des Kalbsfonds zu einem Sirup einkochen lassen.

Butter erhitzen, eingelegte Nierchen hineingeben und bei mittlerer Hitze und unter Wenden etwa drei Minuten rosa braten. Anschließend ein Holzspießchen anzünden, Weinbrand über die Nierchen



gießen und diese flambieren. Flambierte Nierchen aus der Pfanne nehmen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und warm stellen.

Für die Senf-Sauce restliche Butter in der Pfanne erhitzen und Schalotten darin glasig dünsten. Senf dazugeben und mit Weißwein ablöschen. Übrigen Kalbsfond aufgießen und die gesamte Sauce etwas einkochen lassen. Danach Crème Double unterrühren und Sauce abschmecken.

Für die Kartoffel-Rösti Kartoffeln schälen, fein reiben, Eier mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss verquirlen und die geriebene Kartoffel darin vermengen. In heißem Öl-Buttergemisch knusprig kleine Rösti ausbacken.

Für das Gemüse Bohnen putzen, waschen, trockentupfen und in Gemüsefond mit Bohnenkraut für etwa fünf Minuten al dente köcheln lassen. Anschließend in Eiswasser abschrecken. Knoblauch abziehen. Etwas Butter zerlassen, Knoblauchzehe hinzugeben, Bohnen darin kurz schwenken und alles wieder herausnehmen. Champignons putzen, schälen, halbieren und kurz in der gleichen Pfanne mit Butter anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Chilisalz abschmecken.

Die flambierten Kalbsnierchen in Senf-Sauce, Kartoffelplätzchen und grüne Böhnchen auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit dem Kalbssirup überziehen. Mit Champignons garnieren und servieren.



## **Leibgericht: „Riesengarnelen in Honig-Senf-Marinade mit Kartoffel-Wasabi-Püree und gefüllten Cocktailtomaten“ von Mesut Velioglu**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Riesengarnelen:*

6	Riesengarnelen mit Schale
1	Chilischote
1 Zehe	Knoblauch
1	Zitrone
1 Bund	Petersilie
1 Zweig	Thymian
125 ml	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

#### *Für die Honig-Senf-Marinade:*

2 TL	mittelscharfer Senf
2 TL	grober Senf
2 TL	Honig
2 EL	Olivenöl

#### *Für das Kartoffel-Wasabi-Püree:*

200 g	mehlig kochende Kartoffeln
1 Stange	Lauch
50 ml	Milch
25 g	Butter
1 TL	Wasabipaste
1	Muskatnuss, zum Reiben
	Salz, aus der Mühle

#### *Für die gefüllten Cocktailtomaten:*

5	große Cocktailtomaten
15 g	Pinienkerne
75 g	Mozzarella
30 g	Ricotta
2 EL	weißer Balsamico
½ Bund	Basilikum
2 EL	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Marinade scharfen Senf, groben Senf, Öl und Honig vermengen und mit einem Stabmixer pürieren.

Für die Riesengarnelen diese vom Panzer befreien und entdarmen. Das Fleisch in der Marinade einlegen und ziehen lassen.



Für die Kartoffel-Wasabi-Püree Kartoffeln schälen, kleinschneiden und im Salzwasser garen. Anschließend abgießen und noch heiß durch die Presse drücken. In einem Topf Milch aufkochen und über die Kartoffelmasse gießen. Lauch putzen, waschen, trockentupfen und kleinschneiden. In kochendem Salzwasser garen. Danach kalt abschrecken. Porree ausdrücken. Butter in einem Topf erhitzen und Lauch darin pürieren. Wasabipaste und Lauch unter die Kartoffelmilch rühren und mit Salz und Pfeffer und einer Prise Muskatnuss abschmecken.

Für die gefüllten Cocktailtomaten eine Pfanne erhitzen und Pinienkerne darin rösten. Kirschtomaten waschen, trockentupfen und aushöhlen. Mozzarella in kleine Würfel schneiden. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und die Blätter vom Stiel abzupfen. Anschließend Mozzarellawürfel mit Olivenöl, Balsamico-Essig, Salz, Pfeffer, Ricotta und Pinienkerne vermengen. Die ausgehöhlten Tomaten mit der Masse befüllen. Im Ofen für etwa sieben Minuten lang backen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch abziehen und kleinschneiden. Chilischote halbieren und kleinschneiden. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Garnelen mit Knoblauch und etwas Chili in die Pfanne geben. Thymian gut durch die Pfanne schwenken. Etwa sieben Minuten bei mittlerer Hitze garen lassen. Die Pfanne dabei immer wieder schwenken. Zitrone halbieren und auspressen. Petersilie abbrausen und kleinhacken. Garnelenpfanne mit gehackter Petersilie bestreuen und mit einem Esslöffel Zitronensaft beträufeln.

Die Riesengarnelen in Honig-Senf-Marinade mit Kartoffel-Wasabi-Püree und gefüllten Cocktailtomaten auf Tellern anrichten und servieren.



## **Leibgericht: „Königsberger Klopse mit Basmatireis und Rote-Bete-Salat“ von Regine Wroblewski**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Königsberger Klopse:*

250 g	Rinderhack
150 g	Schweinehack
1	kleines, altbackenes Brötchen
100 g	Kapern, eingelegt im Glas
1	Zitrone
1	große Speisezwiebel
1	Ei
1 EL	Margarine
500 ml	Rinderfond
2 EL	Weißwein-Essig
1	getrocknetes Lorbeerblatt
1 EL	Mehl
	Sahne, zum Abschmecken
	Zucker, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für den Rote-Bete-Salat:*

1	große rohe rote Bete
1	kleiner Apfel
1 EL	Schmand
1 EL	Apfelessig
1 EL	Walnussöl
	Honig, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für den Reis:*

200 g	Basmatireis
	Salz, aus der Mühle

#### *Für die Garnitur:*

1 Bund	Petersilie
--------	------------

### **Zubereitung**

Für die Klopse ein Liter Salzwasser mit Rinderfond, einem Schuss Essig, etwas Zucker und Lorbeerblatt vermengen und aufkochen.

Brötchen separat in warmem Wasser einweichen. Zwiebel abziehen und klein würfeln. Danach Brötchen auswringen und mit Ei, Zwiebelwürfeln und etwas Salz und Pfeffer gut vermengen. Hack zugeben und alles verkneten. Mit angefeuchteten Händen kleine Bällchen formen und in den aufgekochten Rinderfond geben. Hitze reduzieren und weiter köcheln lassen. Etwas Sud entnehmen, beiseite stellen und abkühlen lassen.



Für die Sauce Margarine in einem Topf erhitzen und mit Mehl vermengen, so dass eine Mehlschwitze entsteht. Unter ständigem Rühren mit dem abgekühlten Sud ablöschen. Kapern mitsamt Flüssigkeit hinzugeben. Zitrone halbieren und auspressen. Sauce mit Zitronensaft und Sahne abschmecken.

Für den Rote-Bete-Salat rohe Rote Bete und Apfel schälen, würfeln und vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Apfelessig und Walnussöl beträufeln. Salat zum Schluss mit etwas Honig und saurer Sahne abschmecken.

Salzwasser zum Kochen bringen und Reis darin garen. Zum Schluss Klopse aus dem Sud nehmen.

Königsberger Klopse mit Basmatireis und Rote-Bete-Salat auf Tellern anrichten und servieren.