

| Die Küchenschlacht - Menü am 01. März 2016 | „Vorspeisen“ Alexander Kumptner



Vorspeise: „Mousse von der Räucherforelle mit Pilzragout und Crostini“ von Jörg Liemandt

Rezept für 2 Personen

Für die Mousse:

- 1 Räucherforelle à 130 g
- ½ Zitrone, davon Saft und Abrieb
- 50 g geriebener Meerrettich, aus dem Glas
- 130 g Speisequark
- 1 EL Schlagsahne
- 1 Spritzer Olivenöl
- ½ Bund Dill
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Pilzragout:

- 250 g braune Champignons
- 20 g getrocknete Steinpilze
- ½ Zitrone, davon den Abrieb
- ½ Bund glatte Petersilie
- Olivenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Crostini:

- 4 dünne Scheiben Baguette
- 1 Zehe Knoblauch
- Butter, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle

Zubereitung

Für die Räucherforellen-Mousse Forelle in sehr feine Würfel schneiden. Zitrone auspressen und Schale abreiben. Dill waschen, trocken tupfen und Blättchen abzupfen. Forelle mit Zitronensaft und –abrieb, Quark, Schlagsahne, Meerrettich, Olivenöl, Dill, Salz und Pfeffer vermengen.

Für das Pilzragout Champignons putzen und klein schneiden. Schale einer Zitrone abreiben. Petersilie waschen, trocken tupfen, Blätter abzupfen und klein hacken. Champignons in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Steinpilze im Mixer zerkleinern und ebenfalls mit anrösten.



Etwas Olivenöl und Zitronenabrieb hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie hinzufügen.

Für die Crostini Knoblauch abziehen, zerdrücken und mit Butter in der Pfanne erhitzen. Baguette von beiden Seiten goldbraun anrösten und mit Salz würzen.

Crostini mit Forellenmousse und Pilzragout anrichten und servieren.



Vorspeise: „Rote-Bete-Suppe, Feldsalat mit Schwarzwurzeln, Sweet-Potato-Hash-Browns mit Wachtelei und Avocado-Tomaten-Dip“ von Claudia Büchner

Rezept für 2 Personen

Für die Rote-Bete-Suppe:

4 Knollen vorgekochte Rote Bete
1 Meerrettich, zum Reiben
400 ml Kokosmilch
400 ml Gemüsefond
½ Bund glatte Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Feldsalat mit Schwarzwurzeln:

100 g magerer, gewürfelter Frühstücksspeck
200 g Feldsalat
6 Stangen Schwarzwurzeln
6 Cocktailtomaten
1 Birne
1 Zitrone
80 g Cashewnüsse
3 EL Flüssiger Blütenhonig
3 EL Walnussöl
2 EL Weißweinessig
1 EL Kürbiskernöl
3 EL mittelscharfer Senf
2 TL Ghee, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für Sweet-Potato-Hash-Browns mit Wachtelei:

2 mittelgroße Süßkartoffeln
2 Wachteleier
Kokosöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Avocado-Tomaten-Dip:

2 Cocktailtomaten
1 Avocado
1 Zitrone
1 Bund Liebstöckel
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle



Zubereitung

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Suppe Rote Bete klein schneiden, mit Kokosmilch aufkochen. Petersilie waschen, Blätter abgezupft in die Suppe geben und anschließend pürieren. Fond hinzugeben und mit etwa 6 TL Meerrettich abschmecken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Feldsalat mit Schwarzwurzeln Salat waschen und trocken schleudern. Schwarzwurzeln unter fließendem Wasser abbürsten, schälen, und in vier Zentimeter lange Stücke schneiden. Schwarzwurzeln in Essig und Fond bei mittlerer Hitze 15 Minuten halbgar kochen, mit etwas Salz würzen. Wurzeln herausnehmen und abtropfen lassen. Cashewnüsse und Speck in einer Pfanne anrösten. Ghee erhitzen und Schwarzwurzeln kurz darin anschwelen. Zitrone auspressen, den Saft mit Honig, Senf, Walnussöl und Kürbiskernöl zu einem Dressing verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Tomaten und Birne waschen, Tomaten halbieren, Birnen würfeln. Mit Feldsalat und Schwarzwurzeln zum Dressing geben, vermischen, mit Speck und Nüssen garnieren.

Für die Sweet-Potato-Hash-Browns Kartoffeln waschen, schälen und reiben. Masse in ein Tuch wickeln und Flüssigkeit ausdrücken. Öl in einer Pfanne erhitzen. Kartoffeln zu Plätzchen formen und von beiden Seiten goldbraun anbraten. Anschließend für fünf bis zehn Minuten in den Ofen geben. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Wachteleier darin braten, etwas Salz und Pfeffer darüber geben.

Für den Avocado-Tomaten-Dip Avocado halbieren, Kern entfernen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel aushöhlen. Mit Salz und Pfeffer in einer Schüssel mit einer Gabel zerdrücken. Tomaten halbieren. Zitrone auspressen und den Saft der halben Zitrone mit Tomaten und Avocado verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Liebstöckel waschen, Blätter abzupfen und klein hacken. Muskatnussabrieb und Liebstöckel über die Avocado geben.

Rote-Bete-Suppe, Feldsalat mit Schwarzwurzeln, Sweet-Potato-Hash-Browns mit Wachtelei und Avocado-Tomaten-Dip anrichten und servieren.



Vorspeise: „Dreierlei Püree mit jungem Gemüse und Wildkräutersalat“ von René Domke

Rezept für 2 Personen

Für das Erbsen-Minz-Püree:

450 g TK-Erbesen
1 Zwiebel
½ Zitrone
40 g pflanzliche Margarine
100 ml Gemüsefond
5 EL Sojasahne
½ Bund Minze
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Karotten-Anis-Püree:

100 g Karotten
1 Sternanis
1 EL pflanzliche Margarine
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Rote-Bete-Püree:

100 g vorgegarte Rote Bete
1 Zehe Knoblauch
1 EL pflanzliche Margarine
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Gemüse:

4 Stangen grüner Spargel
4 Kolben frischer Mini-Mais
4 Baby-Möhren
4 Perlzwiebeln
1 Bund gemischte frische Kräuter
1 Prise Zucker
Pflanzenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Wildkräutersalat:

250 g Wildkräuter
½ Zitrone
4 EL Olivenöl
1 Prise Meersalz
essbare Blüten, zum Garnieren



Zubereitung

Für das Erbsen-Minz-Püree die Zwiebel abziehen und würfeln. Margarine in einem Topf schmelzen und die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Die Erbsen zugeben, kurz andünsten und die Gemüsebrühe zugeben. Hitze reduzieren und zugedeckt bei mittlerer Hitze zehn Minuten köcheln lassen.

Zwei Stängel Minze waschen, trocknen und die Blätter von den Stängeln zupfen. Ein paar Minzblätter für die Garnitur beiseite legen. Sahne und Minzblätter zu den Erbsen geben und alles fein pürieren. Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Circa eineinhalb Esslöffel Zitronensaft dazu geben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die übrig gebliebenen Minzblätter fein hacken und das Püree damit garnieren.

Für das Karotten-Anis-Püree die Karotten schälen, von den Enden befreien und in grobe Stücke schneiden. Die Karotten in einen Topf geben und nur leicht mit Wasser bedecken. Zusammen mit dem Sternanis etwa 15 bis 20 Minuten weich kochen. Fein pürieren, Margarine unterheben und mit Salz abschmecken.

Für das Rote-Bete-Püree die Rote Bete in einem Topf mit wenig Wasser erwärmen. Knoblauch abziehen und in den Topf mit der Roten Bete pressen. Pürieren, Margarine hinzugeben und mit Salz abschmecken.

Die Babymöhren und den grünen Spargel waschen und von den Enden befreien. Öl in einer Pfanne erhitzen. Spargel, Babymöhren, Mais und Perlzwiebeln halbieren und in die Pfanne geben. Mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken. Die Temperatur vorsichtig erhöhen und das Gemüse im eigenen Dampf garen. Das Gemüse sollte bissfest sein. Die frischen Kräuter fein hacken und unter das Gemüse heben.

Für den Wildkräutersalat eine halbe Zitrone auspressen. Olivenöl, eineinhalb Esslöffel Zitronensaft und Meersalz in eine Schüssel geben und vermengen. Den Wildkräutersalat darin marinieren.

Das Erbsen-Minz-Püree, das Karotten-Anis-Püree und das Rote-Bete-Püree auf Tellern anrichten. Das gedünstete Gemüse auf dem Erbsenpüree verteilen und den marinierten Wildkräutersalat darauf drapieren. Mit den essbaren Blüten dekorieren und servieren.



Vorspeise: „Persische Kräuterpuffer mit Wildknoblauch-Joghurt“ von Zohre Shahi

Rezept für 2 Personen

Für die Kräuterpuffer:

| | |
|--------|----------------------------------|
| 80 g | junger Spinat |
| 40 g | Lauch |
| 80 g | gemischter grüner Salat |
| 10 g | Berberitzen |
| 3 EL | gehackte Walnüsse |
| 5 | Eier |
| 1 TL | Backpulver |
| 1 EL | Weizenmehl |
| 110 ml | Sonnenblumenöl |
| 70 g | glatte Petersilie |
| 50 g | Koriander |
| 1,5 TL | Meersalz |
| | Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Für den Joghurt:

| | |
|-------|----------------------------------|
| 30 g | persischer Wildknoblauch |
| 400 g | Griechischer Joghurt |
| 1 TL | Meersalz |
| | Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Für die Garnitur:

| | |
|------|------------------|
| 1 TL | Wildrosenblätter |
|------|------------------|

Zubereitung

Wildknoblauch in heißem Wasser einweichen.

Für die Kräuterpuffer Spinat und Salat putzen, waschen, trocken schleudern und klein schneiden. Lauch ebenfalls putzen, waschen und zerkleinern. Kräuter waschen und Blätter abzupfen. In einer Pfanne 30 Milliliter Öl erhitzen. Spinat, Salat, Lauch und Kräuter auf hoher Stufe kurz anschwitzen, danach bei Seite stellen.

In einer Schüssel Eier mit Backpulver, Weizenmehl, gehackten Walnüssen und Berberitzen vermengen. Mit Meersalz und Pfeffer würzen. Salat-Spinat-Lauch-Kräuter-Mischung unterrühren. 70 Milliliter Öl in einer Pfanne erhitzen und die Ei-Masse vorsichtig in die Pfanne geben. Zehn Minuten zugedeckt bei mittlerer Hitze anbraten lassen. Anschließend Deckel abnehmen und den Kräuterkuchen in Stücke schneiden. Einzelne Stücke wenden, restliches Öl auch dazugeben, und von der anderen Seite ebenfalls zehn Minuten anbraten.

Den harten Teil des eingeweichten Knoblauchs abtrennen und Knoblauch im Mixer zerkleinern. Mit Joghurt, Salz und Pfeffer vermengen.

Kräuterpuffer mit Wildknoblauch-Joghurt und Wildrosenblättern anrichten und servieren.



Vorspeise: „Ravioli mit Flusskrebs-Parmaschinken-Füllung, Sherry-Schaum und Fenchel-Tomaten-Gemüse“ von Hans Oechslein

Rezept für 2 Personen

Für den Ravioli-Teig:

200 g Mehl
1 Ei
1 TL Pflanzenöl
Salz, aus der Mühle

Für die Ravioli-Füllung:

300 g Flusskrebse mit Schale
2 Scheiben Parmaschinken
1 Fleischtomate
1 Schalotte
1 Zitrone, davon Saft und Abrieb
2 Zweige frischer Kerbel
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Sherryschaum:

1 Schalotte
2 Zehen Knoblauch
3 EL Ricotta
200 ml Schlagsahne
100 ml Fischfond
50 ml trockener Weißwein
20 ml Sherry
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Fenchel-Tomaten-Gemüse:

1 Schalotte
8 Kirschtomaten
1 Fenchelknolle mit Grün
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen.

Für den Ravioli-Teig Mehl, Ei, circa 80 Milliliter Wasser, Pflanzenöl und eine Prise Salz in einer Schüssel zu einem elastischen Teig verkneten. Teig durch eine Nudelmaschine



zu einer flachen Platte ausrollen. Aus der Platte mit einem Ravioli-Ausstecher runde Teigflächen ausstanzen.

Zwei Flusskrebse beiseitelegen. Die restlichen rohen Flusskrebse pulen, waschen und Krebsfleisch fein hacken. Schalotte abziehen und fein würfeln. Parmaschinken in feine Streifen schneiden. Tomate mit heißem Wasser überbrühen, Haut abziehen, Strunk entfernen und das Tomatenfleisch hacken. Olivenöl erhitzen und die Karkassen der Flusskrebse darin anschwitzen. Danach entfernen. In dem Fett Schalottenwürfel, Parmaschinken, Krebsfleisch und Tomatenwürfel anbraten. Von einem Kerbelzweig die Blätter abzupfen, hacken und ebenfalls dazu geben. Die Masse auf den ausgestochenen Ravioli-Teig verteilen und die Ravioli zuklappen. In kochendem Salzwasser kurz garen, dann abgießen

Beiseitegelegte Flusskrebse samt Schale in etwas Olivenöl in einer Grillpfanne grillen.

Für das Fenchel-Tomaten-Gemüse Kirschtomaten mit heißem Wasser überbrühen, Haut abziehen und halbieren. Fenchel putzen und in feine Scheiben hobeln. Etwas Fenchelgrün beiseitelegen. Schalotten und Knoblauch abziehen und würfeln. Schalottenwürfel in Öl anschwitzen, Tomaten und Fenchelscheiben mit schmoren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Sherry-Schaum die zweite Schalotte, Knoblauch und Fenchelgrün in Öl anbraten. Mit Fischfond und Weißwein ablöschen. Sahne zugeben. Sauce pürieren, durchsieben, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Sherry abschmecken und aufschäumen.

Vom verbliebenen Kerbelzweig ein paar Blätter zum Garnieren abzupfen.

Ravioli mit Sherry-Schaum, Fenchel-Tomaten-Gemüse und gegrillten Flusskrebsen anrichten, mit ein paar Kerbelblättern garnieren und servieren.