

| Die Küchenschlacht – Menü am 10. November 2015 | „Championsweek - Vorspeisen“ Alexander Herrmann



Vorspeise: „Kokos-Süppchen mit Mango-Chutney, Kartoffel-Pesto-Tasche und Erbsen-Grissini“ von Ramona Kuen

Zutaten für zwei Personen

Für das Kokos-Süppchen:

300 ml Kokosmilch
100 ml Veganer Gemüsefond
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Mango-Chutney:

1 Mango
½ Zehe Knoblauch
10 g Ingwer
150 g Zucker
150 ml Weißweinessig
¼ TL Korianderkörner
1 Msp. Kreuzkümmel
1 Msp. Kurkuma
1 Msp. Kardamon
1 Msp. Nelken (Pulver)
1 Msp. Zimt
2 EL Neutrales Pflanzenöl
Veganer Gemüsefond, zum Ablöschen
Chiliflocken, zum Abschmecken

Für die Kartoffel-Pesto-Tasche:

190 g vorwiegend festkochende Kartoffeln
¼ Zehe Knoblauch
7 getrocknete Tomaten, in Öl
½ Zitrone
40 g Dinkelmehl (Typ 630)
2 EL Agavendicksaft
½ Bund Basilikum
2-3 EL Mandelblättchen
Muskatnuss, zum Würzen
Chili, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle

Für die Erbsen-Grissini:

50 g	grünes Erbsenmehl
1 TL	Trockenhefe
30 ml	Wasser
1 TL	helle Sesamsamen
1 TL	Mohn
3 TL	Olivenöl
	Meersalz
	Salz, aus der Mühle

Für die Garnitur:

1 TL	Dekorblüten Mix, zum Garnieren
------	--------------------------------

Zubereitung

Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen.

Für das Kokos-Süppchen Kokosmilch mit Gemüsebrühe erhitzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Mango-Chutney Ingwer schälen und klein hacken. Öl erhitzen, Knoblauch abziehen, klein hacken und mit dem gehackten Ingwer anschwitzen. Mit Chili würzen. Gewürze zugeben, mit Weißweinessig und Gemüsefond ablöschen. Zucker zugeben. Mango schälen und grob schneiden. Ebenfalls zugeben und kochen. Wenn die Mango weich ist, alles pürieren und mit Chili abschmecken.

Für die Kartoffel-Pesto-Tasche Kartoffeln schälen, klein schneiden und in Salzwasser garen. Basilikum waschen, Blätter zupfen. Knoblauchzehe abziehen und klein hacken. Basilikum und Knoblauch mit getrockneten Tomaten, Agavendicksaft, Salz, Pfeffer, etwas Chili, dem Saft einer halben Zitrone und den Mandelblättchen in einem Mörser zu Pesto vermahlen. Kartoffeln abgießen und durch die Kartoffelpresse drücken. Mit dem Mehl, etwas Salz und geriebener Muskatnuss vermengen, ausrollen und Kreise mit dem Serverring ausstechen. Diese mit dem Pesto füllen und fünf Minuten im heißen Wasser ziehen lassen.

Für die Grissini Mehl, Trockenhefe, Wasser, Salz und Olivenöl in eine Schüssel geben und zu einem elastischen Teig verkneten. Ruhen lassen. Grissini formen, in hellem Sesam und Mohn sowie Meersalz wälzen und bei 180 Grad in den Backofen geben.

Süppchen mit Mango-Chutney, Kartoffelteig-Tasche und Grissini anrichten, mit den Blüten dekorieren und servieren.



Vorspeise: „Erbsensuppe mit Fleischklößen, Möhren-Julienne, Meerrettich-Schaum und Parmesan-Stange“ von Anke Zimmermann

Zutaten für zwei Personen

Für die Erbsensuppe:

200 g TK-Erbсен
1 Möhre
300 ml Gemüfefond
100 ml Sahne
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Fleischklöße:

250 g Rinderhack
1 Ei (Größe S)
1 EL Paniermehl
3 Stängel glatte Petersilie
Muskatnuss, zum Würzen
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Meerrettich-Schaum:

3 EL Milch
1 EL Sahne
1 EL Meerrettich, aus der Tube
1 Zweig glatte Petersilie

Für die Parmesan-Stange:

2 Scheiben TK-Blätterteig
20 g Parmesan

Zubereitung

Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen.

Für die Parmesan-Stangen Blätterteigscheiben auftauen lassen. Aufgetauten Blätterteig dünn ausrollen und vier lange Rechtecke schneiden. Jedes Teigstück mit gehobeltem Parmesan bestreuen, etwas andrücken und zu einer Stange drehen. Im Ofen circa 20 Minuten knusprig backen.

Alle Zutaten für die Fleischklöße verrühren, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken, Klöße formen und in leicht gesalzenem Wasser gar ziehen lassen.

Für die Suppe Erbsen im Gemüfefond weichkochen, pürieren und durch ein Sieb streichen. Zurück in den Topf geben, Sahne hinzufügen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Möhre waschen und schälen, in Julienne schneiden und in einer kleinen Pfanne in etwas Fond bissfest garen.



Für den Schaum Milch, Sahne und Meerrettich verrühren und mit einem Stabmixer aufschäumen. Petersilie klein hacken.

Suppe mit der Möhren-Julienne in Tellern anrichten und mit Parmesan-Stange, Meerrettich-Schaum, Fleischklößen und Petersilie servieren.



Vorspeise: „Lachs-Tatar auf Süßkartoffel-Plätzchen mit Mojo verde“ von Lynn Harder

Zutaten für zwei Personen

Für das Lachs-Tatar:

- 1 Lachsfilet à 200 g (Sushi-Qualität), ohne Haut
- 1 Schalotte
- ½ Limette
- 1 TL eingelegte Kapern
- 1 TL mittelscharfer Senf
- 1 EL Olivenöl
- ½ Bund glatte Petersilie
- Zucker
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Süßkartoffel-Plätzchen:

- 1 kleine Süßkartoffel à 200 g
- 1 Schalotte
- 1 Ei
- 2 EL Mehl
- 2 EL neutrales Pflanzenöl
- Muskatnuss, zum Reiben
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Mojo verde:

- 1 Stange Staudensellerie
- ½ grüne Paprika
- 1 grüne Chilischote
- 1 Zehe Knoblauch
- ½ Limette
- ½ Bund Koriander
- 2 EL Olivenöl
- Zucker
- Salz, aus der Mühle

Zubereitung

Für das Lachstatar Petersilie zupfen und mit Kapern fein hacken. Schalotte abziehen und in kleine Würfel schneiden. Limette auspressen und Saft mit Senf und Olivenöl verrühren. Mit Petersilie, Kapern und Schalotte vermengen. Marinade mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen. Lachs fein würfeln und mit der Marinade vermischen.

Für das Süßkartoffel-Plätzchen Süßkartoffel grob raspeln. Schalotte klein würfeln und mit der Süßkartoffel vermengen. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. Mehl unterheben und Ei dazugeben. In einer Pfanne Öl erhitzen. Aus der Masse eine Rösti formen und im Öl goldbraun braten. Rösti aus der Pfanne nehmen und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.



Für die Mojo verde Sellerie und Koriander abspülen und trocken tupfen. Koriander zupfen. Knoblauch schälen, Paprika und die Chilischote entkernen und klein würfeln. Limette schälen, Fruchtfleisch klein schneiden und mit den anderen Zutaten und dem Olivenöl in einen Mixer geben und pürieren. Mit Salz und Zucker abschmecken.

Süßkartoffel-Plätzchen, Lachstatar und Mojo verde auf Tellern anrichten und servieren.



Vorspeise: „Junger Ziegenkäse im Zucchini-Mantel mit Basilikum-Pesto“ von Alexandra Michel

Zutaten für zwei Personen

Für den Ziegenkäse im Zucchini-Mantel:

- 4 Ziegenfrischkäse-Taler à 40 g
- 4 reife Flaschentomaten
- 2 mittelgroße Zucchini
- ½ Orange
- ½ Zitrone
- 1 EL flüssiger Blütenhonig
- 1 EL dunkler Balsamico-Essig
- 1 Bund Thymian
- 1 Bund Basilikum
- 2 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Basilikum-Pesto:

- ½ Zitrone
- ½ Orange (unbehandelt)
- 50 g Pinienkerne
- 100 g Parmesankäse
- ½ TL Agavendicksaft
- 50 ml Olivenöl
- 1 Topf Basilikum
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Backofen bei 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

In einem Topf Wasser zum Kochen bringen.

Für den Ziegenkäse im Zucchini-Mantel Zucchini waschen, Enden abschneiden und mit einem Gemüsehobel längs hauchdünne Streifen abhobeln. Zitrone auspressen. Zucchini-Streifen salzen, pfeffern, mit Olivenöl und ein wenig Zitronensaft beträufeln. Tomaten waschen und in kochend heißes Wasser legen, abschrecken und die Haut abziehen. Vierteln, Stielansätze entfernen, entkernen und das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Thymian und Basilikum waschen, Blätter abzupfen. Einige Basilikumblätter bei Seite legen, die restlichen Blätter klein hacken und mit dem Thymian zu den Tomaten geben.

Orange auspressen. Honig, einen Esslöffel Olivenöl, Balsamico, Orangensaft, Salz und Pfeffer zu einer Vinaigrette verrühren. Unter die Tomaten mischen.



Für das Basilikum-Pesto Pinienkerne ohne Fett anrösten. Einen Teelöffel für die Garnitur bei Seite legen. Basilikum waschen, Blätter abzapfen. Parmesan grob reiben und mit Basilikum, Öl, Pinienkernen, der abgeriebenen Schale einer Orange, dem Saft je einer halben Zitrone und Orange, Agavendicksaft, Salz und Pfeffer zu einer homogenen Masse verarbeiten.

Zucchinistreifen um den Ziegenkäse wickeln und mit den Tomaten füllen. Mit einem Esslöffel Olivenöl Unterseite des Ziegenkäses anbraten und im vorgeheizten Ofen etwa eine Minute backen. Tomaten mit Pfeffer nachwürzen.

Restliche Pinienkerne hacken. Ziegenkäse im Zucchinimantel, Pesto, Pinienkerne sowie nach Belieben Basilikumblätter und Tomatenwürfel anrichten und servieren.



Vorspeise: „Kartoffel-Carpaccio mit gebratenem Rehrücken und Steinchampignon-Salat“ von Julia Bayer

Zutaten für zwei Personen

Für das Kartoffel-Carpaccio:

4 große, festkochende Kartoffeln
15 g Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Rehrücken:

200 g Rehrücken, küchenfertig
½ EL Butter
½ TL Wildgewürz

Für den Salat:

4 braune Steinchampignons
½ Kopf Blattsalat
1 Zitrone
Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Rehrücken waschen, trocken tupfen und mit Wildgewürz würzen, von allen Seiten gleichmäßig in Butter anbraten und circa zehn Minuten im Ofen fertig garen. Rehrücken aus dem Ofen nehmen und für circa zehn Minuten ruhen lassen.

Für das Carpaccio Kartoffeln schälen, in sehr feine Scheiben schneiden, auf gebuttertem Backpapier kreisförmig anrichten und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit flüssiger Butter bestreichen und im Backofen bei 180 Grad Ober-/Unterhitze goldbraun backen.

Für den Salat Champignons putzen, in Scheiben schneiden, in Olivenöl anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Zitrone halbieren, Saft auspressen und mit Olivenöl, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette herstellen. Salat waschen, trocken schleudern, in mundgerechte Stücke zupfen und mit der Vinaigrette anmachen.

Rehrücken in sehr feine Scheiben schneiden.

Rehrücken mit Pilzen, Salat und Carpaccio auf Tellern anrichten und servieren.