

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 11. Juni 2018** ▪
Leibgericht mit Alexander Kumptner



Mareike Kuhl

Kalbsfilet mit Morchelrahm, Kartoffel-Sellerie-Stampf und Karotten-Spargel-Gemüse

Zutaten für zwei Personen

Für das Filet: Den Backofen auf 120 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

400 g Kalbsfilet
 1 Knoblauchzehe
 3 Zweige Rosmarin
 20 g Butterschmalz
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kalbsfilet waschen, trocken tupfen und Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und Knoblauch abziehen. Rosmarinzweige und Knoblauch zur Pfanne geben. Fleisch von allen Seiten scharf anbraten. Herausnehmen und im Ofen 25min im Ofen auf dem Rost fertig garen.
 Herausnehmen und einige Minuten in Alufolie ruhen lassen. In Tranchen aufschneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Morchelrahm: Die Spitzmorcheln durch einen Kaffeefilter sieben und den Sud auffangen.

20 g getrocknete Spitzmorcheln
 2 Schalotten
 20 g kalte Butter
 250 ml Sahne
 100 ml trockener Weißwein
 100 ml Marsala
 2 Zweige Thymian
 2 Zweige Estragon
 2 Zweige Majoran
 1 TL gemahlener Piment
 Worcestersauce, zum Abschmecken
 Zucker, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Morcheln großzügig waschen und abtropfen lassen.
 Schalotten abziehen, fein hacken und Butter in einer Pfanne erhitzen. Schalotten glasig andünsten, Morcheln hinzugeben und mit Weißwein und Marsala ablöschen. Sahne hinzugeben. Majoran, Thymian und Estragon abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Mit Piment Worcestersauce, Zucker, Salz, Pfeffer, Thymian, Estragon und Majoran abschmecken und köcheln lassen.
 Kurz vor dem Servieren mit kalter Butter aufmontieren.

Für das Kartoffel-Sellerie-Stampf: Die Kartoffeln und Sellerie schälen, würfeln und Salzwasser in einem Topf erhitzen. Kartoffel- und Selleriewürfel für ca. 10 Minuten gar kochen.

200 g festkochende Kartoffeln
 200 g Knollensellerie
 1 Stange Lauch
 1 Knoblauchzehe
 200 ml Sahne
 100 ml Milch
 10 g Butter
 2 Zweige Majoran
 3 Stiele glatte Petersilie
 20 g Butterschmalz
 Muskatnuss, zum Reiben
 Zucker, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Abgießen und ausdampfen lassen.
 Lauch waschen, trocken tupfen, von den äußeren Blättern befreien, Strunk entfernen und in kleine Ringe schneiden. Knoblauch abziehen und fein schneiden. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch und Lauch glasig andünsten. Nach ca. 5 Minuten Kartoffeln, Sellerie, etwas Sahne und Milch hinzugeben und kräftig stampfen. Solange Sahne hinzugeben, bis eine cremige Konsistenz entsteht. Majoran und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.
 Mit Muskatnuss, Majoran, Petersilie, Muskatnuss, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken und nach Belieben noch Butter hinzugeben.

Für das Gemüse: Den Spargel waschen und trocken tupfen. Die Enden entfernen und ein Drittel des weißen Spargels schälen. Spargelstangen halbieren und in gleich lange Teile schneiden. Schalotte abziehen, fein würfeln und Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Schalottenwürfel glasig dünsten. 4 kleine Möhren (mit Strunk) Möhren schälen, das Grün kürzen und zu der Schalotte in die Pfanne geben. Erst den weißen und einige Zeit später den grünen Spargel 1 Schalotte hinzugeben. Mit etwas Zucker karamellisieren lassen und mit Marsala 100 ml Marsala ablöschen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Mit Salz 3 Stiele glatte Petersilie und Pfeffer abschmecken und Petersilie unterheben. 20 g Butterschmalz Zucker, zum Abschmecken Salz, aus der Mühle Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Horst Ballé

Hamshuka: Gehacktes Lammfleisch mit Hummus und Joghurt-Dip

Zutaten für zwei Personen

Für den Hummus: Die Kichererbsen abgießen und abtropfen lassen. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Kichererbsen mit Tahin, 2 EL Wasser, Olivenöl, Knoblauch und Zitronensaft in den Mixer geben und cremig mixen. Bei Bedarf mehr Wasser hinzugeben.

400 g gekochte Kichererbsen
1 Zitrone (Saft)
2 Knoblauchzehen
1 EL Tahin
1 EL Olivenöl

Für das Hamshuka: Das Olivenöl in einer Pfanne mit Deckel erhitzen. Zwiebel und Knoblauch abziehen, fein hacken und mit Tomatenmark in der Pfanne andünsten. Hackfleisch hinzugeben und bräunen. Mit Sumach, Kreuzkümmel, Harissa, Ras el Hanout, Salz und Pfeffer würzen. Pistazien in einer kleinen Pfanne anrösten, herausnehmen und fein hacken. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Salzzitrone fein hacken und ½ TL mit Pistazien und Pinienkerne zum Fleisch geben und durchmischen. Tomaten waschen, trocken tupfen. Tomaten ohne Fett in einem Topf anrösten, bis die Schale dunkel wird. Das Fleisch wieder erhitzen und mit Fond aufgießen. Kurz einkochen lassen und zwei Mulden in das Fleisch drücken. Eier darin einfüllen und Temperatur herunterdrehen. Tomaten zugeben und mit geschlossenem Deckel einkochen lassen, bis Eier gestockt sind.

200 g Lammhackfleisch
100 g Kirschtomaten
1 Zwiebel
3 Knoblauchzehen
2 Eier
1 EL Tomatenmark
60 ml Hühnerfond
30 g gesalzene Pistazien
30 g Pinienkerne
1 eingelegte Salzzitrone
1 TL gemahlener Sumach
½ TL gemahlener Kreuzkümmel
1 TL Ras el Hanout
1 TL Harissa
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Sauce: Den Joghurt mit Tahin vermengen. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. 1 TL Zitronensaft untermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

100 g griechischer Joghurt
1 Zitrone (Saft)
1 TL Tahin
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Den Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Über das Hamshuka geben.

2 Stiele Koriander

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Deborah Krex

Rinderfilet in Cognac-Pfeffer-Sauce mit Spitzkohl-Polenta und karamellisierten Tomaten

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet: Den Ofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

2 Rinderfilets á 200 g Rinderfilets waschen und trocken tupfen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Fleisch von beiden Seiten ca. 2-3 Minuten anbraten.

Für Cognac-Pfeffer-Sauce: Die Zwiebel und Karotte schälen und in grobe Stücke schneiden. In heißem Butterschmalz kräftig in einer Pfanne anbraten. Mit Weinbrand ablöschen und Rinderfond angießen. Ohne Deckel 5-8 Minuten einkochen lassen. Fond durch ein Sieb in einen Topf gießen und Pfefferkörner hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

1 Gemüsezwiebel
1 Karotte
100 ml Weinbrand
250 ml Rinderfond
2 TL eingelegte Pfefferkörner
20 g Butterschmalz
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für Spitzkohl-Polenta: Den Spitzkohl waschen, trockentupfen und in Stücke schneiden. 1 EL Butter in einem großen Topf schmelzen und Kohl darin anschwitzen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. 175 ml Wasser und Crème fraîche dazugeben und zum Kochen bringen. Maisgrieß einrühren und kurz aufkochen. Chili halbieren, Scheidewände und Kerne entfernen und das untere Viertel fein hacken. Vom Herd nehmen und 10 Minuten quellen lassen.

150 g Spitzkohl
1 Chilischote
40 g Maisgrieß
200 g Crème fraîche
20 g Parmesan
2 EL Butter
2 Stiele glatte Petersilie
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Parmesan reiben und mit der restlichen Butter und Chili unterheben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und Polenta damit bestreuen.

Für karamellierte Tomaten: Die Tomaten waschen und halbieren. Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen. Tomaten, Zucker und Knoblauch zugeben. Kurz scharf anbraten und karamellisieren lassen. Mit Essig ablöschen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

175 g Cocktailtomaten
2 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl
3 EL Balsamicoessig
1 EL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Chadi Elmahamid

Libanesische Kafta mit Tomatensauce und Petersiliensalat

Zutaten für zwei Personen

Für den Petersiliensalat: Den Ofen auf 220 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> 3 TL Bulgur 1 Gurke 3 Tomaten 1 Zitrone (Saft) 1 kleine Zwiebel 1 Bund glatte Petersilie 2 EL Olivenöl Salz, aus der Mühle | <p>Bulgur in eine Schüssel geben und mit 100 ml heißen Wasser übergießen. Den Bulgur ca. 15 Minuten quellen lassen.</p> <p>Zwiebel abziehen, in feine Streifen schneiden und mit Bulgur vermischen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, feine hacken und unter den Bulgur mischen.</p> <p>Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Zitronensaft, Olivenöl mit Salz vermengen. Marinade über den Salat geben. Gurke und Tomaten waschen und trocken tupfen.</p> <p>Tomaten halbieren, Strunk entfernen und fein würfeln. Gurke fein würfeln. Tomate und Gurke unter den Salat mischen.</p> |
|---|---|

- | | |
|--|---|
| <p>Für die Kafta:</p> <ul style="list-style-type: none"> 500g Hackfleisch (Lamm und Rind) 2 große festkochende Kartoffeln 2 große Tomaten 1 rote Paprika 2 große Zwiebeln ½ Bund glatte Petersilie 1 TL sieben Gewürze 2 TL Granatapfelsirup Salz, aus der Mühle Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle | <p>Eine Zwiebel abziehen und fein würfeln. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Hackfleisch in eine Schüssel geben und mit Zwiebel und Petersilie vermengen. Salz, Pfeffer, sieben Gewürze und Zimt dazugeben und gut durchmengen. Hackfleischmasse in der feuchten Hand in Fladen formen.</p> <p>Tomaten waschen, trocken tupfen, halbieren, Strunk entfernen und in feine Scheiben schneiden. Tomatenscheiben in eine Auflaufform geben. Zweite Zwiebel abziehen und grob schneiden und zu den Tomaten geben.</p> <p>Fleischfladen zu den Tomaten geben und die Form für 20 Minuten in den Ofen geben.</p> <p>Kartoffeln schälen, in Scheiben schneiden und frittieren. Auf Küchenpapier ausfetten lassen.</p> <p>Paprika waschen, trocken tupfen, halbieren, Scheidewände und Kerne entfernen und fein hacken. Ofentomaten und Zwiebeln aus der Form nehmen mit einer Gabel zerdrücken und Paprika untermischen. Mit Granatapfelsirup, Salz und Pfeffer abschmecken.</p> |
|--|---|

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Ursula Steiner

Zweierlei Kaspressknödel mit Meerrettich-Rahm-Dip und Wildsalat

Zutaten für zwei Personen

- Für die Knödel:** Die Brezel mit einer Vierkantreibe klein raspeln und Semmeln fein würfeln. Rote-Bete-Saft in einen kleinen Topf geben, erhitzen und reduzieren lassen.
- 5 Semmeln vom Vortag
 - 1 Brezel vom Vortag
 - 1 Zwiebel
 - 50 g Meerrettich
 - 200 ml Rote-Bete-Saft
 - 250 ml Milch
 - 4 Eier
 - 200 g milder Bergkäse
 - 100 g Butter
 - 2 EL Sonnenblumenkerne
 - 1 Bund Bärlauch
 - 1 Bund Sauerampfer
 - 1 Bund Brennessel
 - 1 Bund Vogelmiere
 - 1 Bund Giersch
 - 200 ml Rapsöl
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Brezel und Semmeln in eine Schüssel geben. Milch in einen Topf geben, erhitzen und über die Brezel-Semmel-Mischung geben. Zwiebel abziehen und würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel anschwitzen. Eier und Zwiebel zur Brezel-Semmel-Mischung geben und locker durchmengen. Bergkäse und Meerrettich reiben. Knödelteig in zwei gleich große Teile teilen und in Schüsseln geben. Bärlauch, Sauerampfer, Brennessel, Vogelmiere und Giersch abrausen, trockenwedeln und feinhacken. Bergkäse in zwei gleichgroße Portionen teilen. Bergkäse und Meerrettich zu einem Knödelteig geben. Den restlichen Bergkäse mit Bärlauch, Sauerampfer, Brennessel, Vogelmiere und Giersch zur anderen Knödelmasse geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und gut durchmengen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Knödel formen und in der Pfanne bei mittlerer Hitze 5 Minuten von jeder Seite braten. Sonnenblumenkerne auf die Rote-Bete-Knödel geben und kurz andrücken. Nach dem ersten Wenden eine Flocke Butter hinzugeben.
- Für den Salat:** Den Essig, Kürbiskernöl, Johannisbeergelee, Gemüsefond, Salz und Pfeffer mit dem Pürierstab aufpürieren. Rapsöl und Senf hinzufügen und nochmal mixen. Portulak und Asia-Salat abrausen, trockenschleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Lauchzwiebel waschen, trocken tupfen, äußere Schale abziehen, Strunk entfernen und in feine Ringe schneden. Portulak und Asia-Salat in eine Schüssel geben, mit dem Dressing beträufeln und vorsichtig durchmengen. Lauchzwiebeln darübergeben und nochmals kurz durchmengen.
- 100 g Portulak
 - 100 g Asia-Salat
 - 1 Lauchzwiebel
 - 50 ml Apfelessig
 - 200 ml Gemüsefond
 - 1 EL Johannisbeergelee
 - 2 TL mittelscharfer Senf
 - 2 EL steierisches Kürbiskernöl
 - 100 ml Rapsöl
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für den Meerrettich-Rahm-Dip:** Den Meerrettich reiben. Sauerrahm in eine Schüssel geben und mit Meerrettich vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 30 g Meerrettich
 - 250 g Sauerrahm
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Garnitur:** Die Blüten abrausen, trocken tupfen und damit den Salat garnieren.
- 5 essbare Blüten

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Thomas Grosmann

Piccata milanese vom Huhn, Tomatenragout und Zucchini-Knoblauch-Nudeln

Zutaten für zwei Personen

Für das Tomatenragout:

4 mittelgroße Tomaten
1 rote Paprika
1 kleine Zwiebel
1 TL Tomatenmark
1 Zweig Rosmarin
3 Zweige Oregano
200 ml Hühnerfond
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Tomaten waschen, trocken tupfen, Strunk entfernen und klein schneiden. Paprika waschen, trocken tupfen, halbieren, Kerngehäuse entfernen und klein schneiden.

In einer Pfanne mit etwas Öl Zwiebelwürfel glasig braten, mit Tomatenmark abbrennen und Tomaten und Paprika in die Pfanne geben. Etwas anrösten lassen und mit dem Hühnerfond aufgießen. Weich dünsten und reduzieren lassen. Rosmarin und Oregano abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Mit Rosmarin, Oregano, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Piccata Milanese :

4 Hühnerschnitzel á 100 g
2 Eier
50 g Parmesan
2 EL Mehl
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Parmesan reiben. In einer Schüssel Eier aufschlagen, Parmesan unterrühren und bei Seite stellen

Hühnerschnitzel waschen, trocken tupfen und leicht klopfen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mehlieren.

In einer beschichteten Pfanne ca. 1,5 cm hoch Öl erhitzen.

Hühnerschnitzel durch die Ei-Parmesan-Mischung ziehen, in die Pfanne geben und 3-4 Minuten pro Seite ausbacken. Auf etwas Papier abtropfen lassen.

Für die Zucchini-Knoblauch-Nudeln:

2 mittelgroße Zucchini
3 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zucchini waschen und von Enden befreien. Zucchini mit einem Spiralschneider in Nudeln schneiden. Knoblauch abziehen und würfeln.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und den Knoblauch kurz darin anbraten. Zucchini-Nudeln in die Pfanne geben und ca. 5 Minuten weich dünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.