

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 14. August 2025 ▪**  
**Tagesmotto „Zweierlei...“ mit Cornelia Poletto**



**David Kruselburger**

**Zweierlei vom Lamm: Lammstielkoteletts und mit Lammhack gefüllte Paprika mit Djuvec-Reis, Lamm-Jus und Tsatsiki**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für das Lammkarree:**

ca. 500 g Lammkarree am Stück  
 2 TL Butter  
 1 EL Senf  
 Neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten  
 2 Zweige Thymian  
 2 Zweige Rosmarin  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf ca. 80 Grad Umluft vorheizen.

Lammkarree putzen. Abschnitte für die Jus beiseitelegen.

Fleisch mit Senf bestreichen und anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne mit etwas Öl und einer Flocke Butter erhitzen und das Lammkarree von beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend das Lammkarree mit der Butter und den Kräutern bedecken und bei 80 Grad für ca. 20 Minuten im Ofen ziehen lassen.

**Für den Jus:**

Abschnitte vom zugeputzen  
 Lammkarree, von oben  
 1 Zwiebel  
 2-3 Knoblauchzehen  
 2 EL Butter  
 1 EL Tomatenmark  
 30 ml Sojasauce  
 50 ml dunkler Balsamicoessig  
 200 ml Rotwein  
 500 ml Lammfond  
 500 ml Gemüsefond  
 Neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten  
 2 Zweige Thymian  
 2 Lorbeerblätter  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebeln und Knoblauch abziehen und in grobe Stücke schneiden. Öl in einem Topf erhitzen und die Lammreste von allen Seiten anrösten.

Zwiebel und Knoblauch dazugeben und ebenfalls mitrösten.

Tomatenmark dazugeben und unter ständigem Rühren auch mitrösten. Hitze reduzieren, mit Rotwein ablöschen und kurz einreduzieren lassen, damit sich die Röststoffe vom Boden lösen. Anschließend den Vorgang wiederholen. Einreduzieren lassen, mit Balsamicoessig und Sojasauce aufgießen und wiederum einköcheln lassen. Mit Fond aufgießen.

Gewürze dazugeben und alles ca. 15 Minuten reduzieren lassen.

Anschließend die Flüssigkeit durch ein Sieb gießen und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Je nach Konsistenz nochmals reduzieren lassen oder mit Stärke binden.

**Für die gefüllten Paprika:**

250 g Lammhackfleisch  
 4 kleine Snackpaprika  
 2 Scheiben Toastbrot  
 1 Ei  
 200 ml Milch  
 1 EL Senf  
 Neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten  
 2 Zweige Thymian  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Lammhackfleisch in eine Schüssel geben. Ei, Thymian, Senf, Salz, Pfeffer und das geschnittene Toastbrot mit einem Schuss Milch dazu geben. Kräftig durchkneten und kurz ziehen lassen.

Den Strunk und die Kerne der Snackpaprika entfernen und zu putzen.

Paprika kompakt mit dem Lammhackfleisch füllen. Eine Pfanne mit wenig Öl erhitzen und die Paprika kurz scharf von allen Seiten anbraten und anschließend in den Ofen bei 80 Grad zum Lammkarree geben.

**Für den Djuvec-Reis:**

150 g Langkornreis  
2 rote Snackpaprika  
2 gelbe Snackpaprika  
400 g gehackte Tomaten, aus der Dose  
1 Zwiebel  
Neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten  
3 Zweige glatte Petersilie  
1 EL edelsüßes Paprikapulver  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Reis nach Packungsanweisung zum Kochen bringen, mit Salz und Paprikapulver würzen und ziehen lassen. Zwiebel abziehen. Paprika von Scheidewänden und Kernen befreien und fein würfelig schneiden. In einer Pfanne kurz anbraten und anschließend mit den gehackten Tomaten und der geschnittenen Petersilie zum Reis geben. Kurz durchmengen und ziehen lassen.

**Für den Tsatsiki:**

½ Salatgurke  
2 Knoblauchzehen  
1 Zitrone, Saft  
200 g griechischer Joghurt, 10 % Fett  
50 ml Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salatgurke schälen und klein reiben. Gut ausdrücken. Knoblauch abziehen und pressen. Joghurt mit Knoblauch, Salz, Pfeffer, einen Schuss Zitronensaft und Olivenöl glattrühren. Anschließend die ausgepressten Gurkenstücke unterheben und nochmals abschmecken.

**Für die Garnitur:**

½ Beet Erbsensprossen  
1-2 Zweige Rosmarin  
1-2 Zweige Thymian

Gericht mit Sprossen und Kräutern garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren



Linda Köhler

## **Zweierlei von der Erdbeere: Glutenfreies Erdbeertörtchen auf Erdbeerspiegel mit Erdbeer-Minz-Salat und Mandelkrokant**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Teig der Erdbeertörtchens:**

2 Eier  
Butter, zum Einfetten  
70 g Zucker  
55 g glutenfreies Mehl  
1 TL Backpulver  
1 Prise Salz

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Eier und Zucker ca. 5 Minuten schaumig schlagen, bis sich das Volumen verdoppelt hat. Mehl mit Salz und Backpulver vermengen und zur Eiermasse sieben, damit keine Klümpchen entstehen. Nach und nach vorsichtig unterheben, damit nicht zu viel Luft entweicht. Eine Springformboden (Ø 26 cm) einfetten. Teig einfüllen und im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten backen. Nach dem Backen mit einem Messer zwischen Teig und Springformrand entlangschneiden und somit den Rand lösen. Den Biskuitboden auf ein Kuchengitter stürzen und abkühlen lassen.

### **Für die Füllung des Erdbeertörtchens:**

300 g Erdbeeren  
250 g kalte Schlagsahne  
150 g Speisequark, 20% Fett  
4 EL Vanillezucker  
2 Pck. Sahnesteif

Erdbeeren waschen, putzen und halbieren. Erdbeeren mit Zucker pürieren. Eine Hälfte des Pürees zum Garnieren beiseitestellen. Schlagsahne mit Sahnesteif steif schlagen, mit dem Quark, dem Vanillezucker und der Hälfte des Erdbeerpürees mischen.

### **Für die Fertigstellung:**

3-4 Erdbeeren  
Puderzucker, zum Dekorieren

Erdbeeren waschen, putzen und in dünne Scheiben schneiden. Biskuitböden ausstechen und mit der Füllung sowie Erdbeerscheiben schichten. Mit Erdbeeren und Puderzucker dekorieren.

### **Für das Mandelkrokant:**

15 g Butter  
5 g gehobelte Mandeln  
45 g Zucker

Zucker in einer beschichteten Pfanne langsam hellbraun karamellisieren lassen. Butter hinzugeben und schmelzen lassen. Die Hitze etwas reduzieren und die Mandeln hinzufügen. Nun so lange rühren, bis alle Zutaten miteinander vermengt sind und die Mandeln eine schöne, goldgelbe Farbe angenommen haben. Die Masse auf ein Backpapier geben und sofort dünn glattstreichen. Auskühlen und fest werden lassen.

### **Für den Erdbeer-Minz-Salat:**

500 g Erdbeeren  
½ Limette, Saft  
5 Zweige Minze  
2 TL Vanillezucker

Erdbeeren waschen, putzen und halbieren. Minze abbrausen, trocken wedeln und in feine Streifen schneiden. Mit Vanillezucker und Limettensaft mischen und vor dem Servieren noch einmal kaltstellen, damit der Zucker die Flüssigkeit aus den Erdbeeren ziehen kann.

### **Für die Garnitur:**

Erdbeerpüree, von oben

Törtchen auf Erdbeerspiegeln anrichten und mit Mandelkrokant und Erdbeer-Minz-Salat servieren.



**Johannes Wozny**

## **Zweierlei vom Perlhuhn: Gebratene Perlhuhnbrust und geschmorte Perlhuhnkeule mit Jus, Fregola sarda und gerösteten Möhren**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Zweierlei vom Perlhuhn:**

1 kleines Perlhuhn, Brust und Keulen  
ausgelöst; Rücken und Karkasse für die  
Jus  
1 Knoblauchzehe  
1 EL Butter  
Olivenöl, zum Anbraten  
1 Zweig Rosmarin  
1 Zweig Thymian  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 230 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Fleisch rundum mit Salz und Pfeffer würzen. In einer heißen Pfanne mit etwas Olivenöl zunächst auf der Hautseite etwa 5 Minuten kräftig anbraten, bis sie schön goldbraun ist. Dann wenden. Kräuter abbrausen, trockenwedeln und zusammen mit dem angedrückten Knoblauch sowie der Butter in die Pfanne geben. Das Fleisch in der Pfanne 2–3 Minuten aromatisieren lassen, dann herausnehmen und im Ofen warmhalten.

In derselben Pfanne bei Bedarf noch etwas Öl erhitzen und die Perlhuhnkeulen rundum anbraten. Mit etwas Jus (von unten) ablöschen, den Deckel auflegen und die Keulen bei mittlerer Hitze etwa 15 Minuten schmoren, bis sie zart sind.

### **Für der Jus:**

Karkassen und Rücken vom Perlhuhn,  
von oben  
1 Karotte  
¼ Sellerieknolle  
1 Zwiebel  
1 EL Tomatenmark  
150 ml Rotwein  
500 ml Geflügelfond  
1 Schuss dunkle Sojasauce  
1 Schuss Agavendicksaft  
Neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten  
1 Zweig Thymian  
1 Zweig Rosmarin  
1 Lorbeerblatt  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Karkasse grob zerteilen. Zwiebel, Karotte und Sellerie abziehen bzw. schälen und grob würfeln. In einem Topf die Karkassen und den Rücken in etwas Öl kräftig anrösten, bis sie eine schöne Bräunung entwickeln. Gemüse zugeben und ebenfalls mitrösten, bis es Farbe annimmt. Tomatenmark einrühren und kurz mitrösten, bis das Gemüse leicht karamellisiert. Mit Rotwein ablöschen und fast vollständig einkochen lassen. Anschließend mit Geflügelfond aufgießen und die Kräuter hinzufügen. Die Sauce etwa 25 Minuten sanft köcheln lassen. Danach durch ein feines Sieb passieren und bei Bedarf leicht einkochen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Zum Schluss mit Ahornsirup, Sojasauce, Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Für die Fregola sarda:**

100 g Fregola sarda  
2 Möhren  
1 Schalotte  
1 Knoblauchzehe  
50 g Parmesan  
50 ml Weißwein  
500 ml Gemüsefond  
Olivenöl, zum Anbraten  
½ EL Vadouvan  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Vadouvan im Mörser fein zerstoßen. Schalotte und Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden. Möhren schälen und ebenfalls fein würfeln. Parmesan reiben. In einem flachen Topf etwas Öl erhitzen. Schalotten, Knoblauch und Vadouvan darin bei mittlerer Hitze glasig anschwitzen. Möhrenwürfel und Fregola hinzufügen, kurz mitrösten und anschließend mit Weißwein ablöschen. Diesen fast vollständig einkochen lassen. Dann nach und nach heißen Fond zugießen, jeweils nur so viel, dass die Fregola gerade bedeckt ist – ähnlich wie bei der Zubereitung eines Risottos. Die Fregola bei niedriger Hitze unter gelegentlichem Rühren garen, bis sie al dente ist. Zum Schluss den Topf vom Herd ziehen und den geriebenen Parmesan unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die gerösteten Möhren:**

3 Möhren mit Grün  
2 EL Granatapfelkerne  
½ Zitrone, Saft & Abrieb  
20 g weiche Butter  
2 TL flüssigen Honig  
1 EL Olivenöl  
2 TL Kreuzkümmelsamen  
2 EL Harissa  
1 EL Meersalz

In einer kleinen Schüssel Butter, Honig, Olivenöl und Gewürze glatt verrühren. Möhren schälen, mit der Marinade vermengen und gleichmäßig darin wenden. Die marinierten Möhren auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und in der Mitte des Ofens etwa 12 Minuten rösten, bis sie leicht gebräunt, aber noch bissfest sind. Inzwischen den Granatapfel entkernen.

Zitrone heiß abwaschen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Die fertig gerösteten Möhren mit Zitronenabrieb und -saft abschmecken und mit den Granatapfelkernen vermengen.

**Für die Garnitur:**

Möhrengrün, von oben  
½ TL Fleur de Sel

Die Perlhuhnbrust in Tranchen schneiden und zusammen mit der Keule auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit dem Jus um das Perlhuhn nappieren. Fregola sarda und geröstete Möhren dazugeben, mit fein geschnittenem Möhrengrün garnieren und mit etwas Fleur de Sel würzen.