

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 14. Juni 2024 ▪  
ChampionsWeek ▪ "Finalgericht" von Zora Klipp



**Rumpsteak au poivre mit dekonstruierter Bratkartoffel,  
Schnittlauch-Mayonnaise und grünem Spargel**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für das Steak:**

- 2 Rumpsteaks à 180-200 g, Zimmertemperatur
- 1 Knoblauchzehe
- 30 g kalte Butter
- 150 ml Sahne
- 2 cl Cognac
- Ggf. etwas Rinderfond
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 TL schwarze Pfefferkörner
- 1 EL eingelegte grüne Pfefferkörner
- Fleur de Sel, zum Würzen
- 2-3 EL Sonnenblumenöl
- Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 170 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Steaks salzen und in eine heiße Pfanne mit etwas Öl geben. Steaks nach ca. 1 Minute wenden und Knoblauch und Rosmarin mit in die Pfanne geben. Nach einer weiteren Minute die Steaks auf ein Backblech oder in eine feuerfeste Form legen, Knoblauch und Rosmarin oben drauflegen und das Fleisch für etwa 12 Minuten im Ofen Medium garen. Das Fleisch sollte eine Kerntemperatur von 54°C haben. Pfanne mit Bratensatz für die Sauce aufgestellt lassen.

Die schwarzen Pfefferkörner in einem Mörser zerstoßen, der grüne Pfeffer bleibt ganz. Nun beide Pfeffersorten mit einer kleinen Flocke Butter in der Pfanne, in der zuvor das Fleisch gebraten wurde, etwas anrösten. Mit Cognac ablöschen und etwas reduzieren lassen. Mit Sahne aufgießen und die restliche kalte Butter unter Schwenken in der Sahne auflösen. Sauce nicht mehr kochen lassen, sondern nur noch warmhalten. Sollte die Sauce zu dick sein, mit etwas Rinderfond nachsteuern. Dann mit Salz abschmecken.

Steaks aus dem Ofen holen, in Tranchen schneiden und mit Fleur de Sel bestreuen.

**Für die dekonstruierte Bratkartoffel:**

- 2 mittelgroße, vorwiegend festkochende Kartoffeln, z.B. Sorte „Rote Laura“ oder „Agria“
- 3 Scheiben Bacon
- 1 mittelgroße Zwiebel
- 1 Ei
- 1 Msp. Senf
- 1 Bund Schnittlauch
- Einige Korbelspitzen
- 200 ml Sonnenblumenöl + 1 L Öl zum Frittieren
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Bacon auf ein Blech mit Backpapier legen und Backpapier einmal umklappen, sodass der Bacon zwischen dem Backpapier liegt. Eine schwerere Auflaufform oder ähnliches auf den Bacon stellen und den Speck im heißen Ofen 8-10 Minuten kross ausbacken. Im Anschluss den Backofen auf 140°C für die Steaks herunterstellen.

Einen Topf mit gut gesalzenem Wasser zum Kochen bringen. Kartoffeln schälen und in spielwürfelgroße Würfel schneiden. Wer will, kann die Kartoffelwürfel vor dem Frittieren blanchieren.

Zwiebel abziehen, halbieren und mit den Händen zerteilen, sodass man einzelne „Zwiebelblätter“ erhält. Zwiebeln blanchieren und trockenlegen. Schnittlauch mit 200 ml Öl in einem Standmixer fein pürieren, dass sich das Öl grün färbt und der Schnittlauch sehr fein geworden ist. Das Ei in einen Messbecher füllen. Senf, Salz und Pfeffer, sowie das grüne Öl dazugeben. Einen Pürierstab in den Messbecher stellen und beim Mixen den Pürierstab langsam hochziehen, sodass eine schöne Emulsion entsteht. Schnittlauch-Mayonnaise in einen Spritzbeutel oder eine Spritzflasche füllen.

Zwiebeln in einer heißen Pfanne ohne Öl auf der Schnittseite „schwärzen“, sodass sie richtig schön Farbe bekommen.

Kartoffelwürfel bei 160°C für 8 Minuten vorfrittieren, anschließend die Fritteuse auf 180°C hochstellen und die Kartoffeln knusprig ausbacken. Zum Fertigstellen der „Bratkartoffeln“ die Zwiebelhälften mit der Schnittseite nach oben auf den Teller legen, jeweils einen Kartoffelwürfel hineinlegen und mit einem Tupfer der Mayonnaise, einem Speckchip und einem Blatt Kerbel garnieren.

**Für den Spargel:**  
1 Bund grüner Spargel  
2-3 Flocken kalte Butter  
Fond, zum Ablöschen  
1 EL gemahlene Haselnusskerne  
2 EL Panko  
2 EL Olivenöl

Spargel von den holzigen Enden befreien und in einer heißen Pfanne mit etwas Olivenöl anbraten. Mit etwas Fond ablöschen, kurz etwas einkochen lassen und die kalte Butter hinzufügen. Panko und Haselnüsse mit in die Pfanne geben, sodass diese etwas anrösten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

**Zusatzzutaten von Lena:** *Mit dem Zitronensaft schmeckte Lena die Mayonnaise ab, mit dem Zitronenabrieb den Spargel. Thymian nutzte sie zum Braten des Steaks und für die Sauce. Außerdem würzte sie das Steak vor dem Servieren mit Rauchsatz.*

**Zusatzzutaten von Alexander:** *Alexander schmeckte seine Mayonnaise mit Zitronensaft und –abrieb ab, ebenso mit Piment d’Espelette. Damit würzte er auch den Spargel. Die Speisestärke nutzte er zum Andicken der Sauce.*

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 14. Juni 2024** ▪  
**Zusatzgericht von Zora Klipp**



**Süßkartoffel-Kumpir mit Kabeljau, grünem Spargel,  
Wildkräutersalat und Joghurt-Sauce**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Süßkartoffel:**

2 Süßkartoffeln  
½ Zitrone, Saft & Abrieb  
20 g Parmesan  
2 TL Butter  
Salz, aus der Mühle

Die Süßkartoffeln waschen, mit einer Gabel einstechen und für ca. 10 Minuten bei voller Leistung in der Mikrowelle garen. Alternativ die Süßkartoffeln bei 180 Grad Ober-/Unterhitze für ca. 40 Minuten im Backofen garen.

Im Anschluss die Süßkartoffel längs aufschneiden und etwas auseinanderklappen. Parmesan hineinreiben, dann Zitronenabrieb, Butter und Salz hinzugeben. Zutaten mithilfe einer Gabel mit dem Süßkartoffelfleisch vermischen. Einen Spritzer Zitronensaft zugeben.

**Für den Kabeljau:**

2 Kabeljaufilets à ca. 150-180 g, ohne  
Haut  
Butter, zum Braten  
Einige Dillspitzen, zum Garnieren  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kabeljau in die heiße Butter geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Wenden und glasig fertig ziehen lassen. Kabeljau mit Dillspitzen garnieren.

**Für den Spargel:**

1 Bund grüner Spargel  
Butter, zum Braten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Spargel im unteren Drittel schälen und in Salzwasser blanchieren. Aus dem Wasser nehmen und abtropfen lassen. Butter in eine Pfanne geben und den Spargel darin anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**Für den Salat:**

30 g Wildkräutersalat  
1 TL Aprikosenmarmelade  
150 ml Essig  
300 ml Öl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salat verlesen und auf die Kartoffel geben.

Aprikosenmarmelade, Essig, Öl, Salz und Pfeffer zu einem Dressing verrühren. Salat mit Dressing beträufeln.

**Für die Joghurt-Sauce:**

200 g Naturjoghurt, 3,5% Fett  
1 Zitrone, Abrieb  
Honig, zum Abschmecken  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Joghurt mit Zitronenabrieb, Honig, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist der **Kabeljau** nur bedingt zu empfehlen. Wenn er auf dem Teller landet, dann sollte er aus folgenden Fanggebieten stammen (Stand Juni 2024):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Barentssee, Norwegische See, Spitzbergen, Bäreninsel ("Nordostarktis" - ICES 1,2), Langleinen, Stellnetze-Kiemennetze
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Island (ICES 5.a), Langleinen, Grundschieppnetze
- 2. Wahl: Nordpazifik FAO 61, 67: Beringsee (USA), Wildfang