

| Die Küchenschlacht - Menü am 14. März 2016 | „Leibgerichte“ mit Nelson Müller



Leibgericht: „Entrecôte mit Kräuterbutter, Kartoffelgratin und Zuckerschoten“ von Gabriela Matti

Zutaten für zwei Personen

Für das Entrecôte:

- 2 Entrecôte à ca. 120g
- Rapsöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Kräuterbutter:

- 100 g Butter
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 Zweig Thymian
- 1 Zweig Majoran
- 1 Zweig Estragon
- ½ Bund Schnittlauch
- ½ Bund Petersilie
- 1 Zitrone
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Kartoffelgratin:

- 4 große, mehlig kochende Kartoffeln
- 1 Zehe Knoblauch
- 100 g Emmentaler
- 50 g Gruyère
- 250 ml Sahne
- Butter, zum Einfetten
- Muskatnuss, zum Reiben
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Zuckerschoten:

- 100g Zuckerschoten
- 30 g Butter
- 1Prise Zucker
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.



Für das Gratin die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Eine kleine Gratinform ausbuttern und die Kartoffelscheiben hineinlegen. Sahne hinzugeben und mit Salz, Pfeffer und

Muskat würzen. Für 15 Minuten in den Ofen geben. Den Emmentaler und den Gruyère reiben. Das Gratin aus dem Ofen herausnehmen, den geriebenen Käse darüber geben und weitere zehn Minuten im Ofen gratinieren.

Für die Kräuterbutter Estragon, Thymian, Rosmarin, Majoran, Schnittlauch und Petersilie waschen und grob hacken. Zitrone waschen und Zesten abreiben. Gehackte Kräuter und Zitronenzesten in die Butter einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Zuckerschoten dazugeben. Circa acht Minuten garen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Entrecôte in einer Pfanne in heißem Öl von beiden Seiten etwa ein bis zwei Minuten scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, wieder aus der Pfanne nehmen und kurz ruhen lassen.

Das Entrecôte mit Kräuterbutter, Kartoffelgratin und Zuckerschoten auf Tellern anrichten und servieren.



Leibgericht: „Steinpilz-Risotto mit Lammrücken und Joghurt-Minz-Sauce“ von Manfred Königs

Zutaten für zwei Personen

Für das Steinpilz-Risotto:

200 g	große Steinpilze (alternativ Kräuterseitlinge)
100 g	Risottoreis
½ Stange	Staudensellerie
1	Schalotten
1 Zehe	Knoblauch
50 g	Butter
350 ml	Geflügelfond
40 g	Parmesan
2 Zweige	Rosmarin
1 Zweig	frische Petersilie
	Kalaharisalz
	Tellicherry Pfeffer

Für den Lammrücken:

2	Lammkarree
2 Zehen	Knoblauch
2 EL	Olivenöl
2 Zweige	Thymian
2 Zweige	Rosmarin
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Joghurt-Minz-Sauce:

100 g	Joghurt
1	Zitrone, davon Saft und Abrieb
1 TL	Harissapaste
3 Zweige	Minze
1 Stück	Ingwer (1 cm)
1 TL	Bienenhonig
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Lammkarree mit Kalaharisalz und Tellicherry Pfeffer würzen. Knoblauch andrücken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Lamm zusammen mit den Thymian- und Rosmarinzweigen sowie dem Knoblauch von allen Seiten scharf anbraten. Das Fleisch wieder aus der Pfanne nehmen, auf ein Backblech legen, Kräuter und Knoblauch darauf verteilen und im Backofen etwa 20 Minuten in den Ofen geben.

Minze waschen, abtrocknen, Blätter abzupfen und fein hacken. Zitrone halbieren, eine Hälfte auspressen. Joghurt, Harissapaste und Zitronensaft verrühren. Ingwer schälen und in den Joghurt rühren. Gehackte Minze und Honig ebenfalls hineingeben und verrühren.



Steinpilze putzen und die Hälfte der Pilze würfeln. Die restlichen Pilze je halbieren. Schalotte und Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln. In einer Pfanne mit etwas Butter glasig anschwitzen. Die gewürfelten Steinpilze dazugeben und leicht salzen. Risottoreis hinzugeben und unter Rühren andünsten. Mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen Fond erhitzen und nach und nach unter Rühren zum Risottoreis geben und langsam einkochen lassen.

Die restlichen halben Steinpilze in etwas heißer Butter goldbraun anbraten. Rosmarinnadeln abzupfen und zu den Pilzen geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Lammkarrée aus dem Ofen nehmen, etwas ruhen lassen und anschließend mit einem Messer in einzelne Koteletts schneiden.

Petersilie waschen, abtrocknen, Blätter von den Stielen zupfen und grob hacken. Etwas kalte Butter, Parmesan und Petersilie unter das Risotto heben und erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Steinpilz-Risotto mit den gebratenen Steinpilzhälften garnieren, zusammen mit dem Lammrücken und der Joghurt-Minz-Sauce auf Tellern anrichten und servieren.



Leibgericht: „Kräuter-Käse-Spätzle mit Endiviensalat“ von Ellena Domes

Zutaten für zwei Personen

Für die Spätzle:

200 g	Weizenmehl
100 g	Gouda
100 g	Appenzeller
100 g	Emmentaler
2	Eier
1 EL	Butter
2 EL	Butterschmalz
50 g	glatte Petersilie
	Muskat, zum Reiben
	Salz, aus der Mühle

Für den Endiviensalat:

1	Endiviensalat
3	kleine, rote Zwiebeln
1 EL	Butterschmalz
3 EL	Kräuteressig
1 EL	weißer Balsamico
1 EL	Balsamicocreme
1,5 EL	Kürbiskernöl
4 EL	Sonnenblumenöl
1 EL	Petersilie, gehackt
1/2 TL	Rohrzucker
1 EL	Semmelbrösel
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Einen großen Topf mit Wasser und Salz zum Kochen bringen.

Mehl, Ei und Kräuter vermischen, etwas salzen und nach und nach Wasser zugeben, bis ein fester, glatter Teig entsteht, der Blasen wirft. Teig kurz ziehen lassen.

Spätzlehobel mit kaltem Wasser ausspülen und auf den Topf legen. Mit Hilfe des Spätzlehobel aus dem Teig nach und nach Spätzle herstellen. Diese direkt ins kochende Wasser gleiten lassen. Kurz Aufkochen, mit der Schaumkelle abschöpfen und mit etwas Butter in ein Sieb zum Abtropfen geben. So lange wiederholen, bis der gesamte Teig aufgebraucht ist.

Gouda, Appenzeller und Emmentaler reiben. In einer beschichteten Pfanne Butterschmalz erhitzen, die Spätzle hineingeben und den geriebenen Käse nach und nach zu den Spätzle in die Pfanne geben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. So lange braten, bis der Käse geschmolzen ist und ein paar knusprige Spätzle entstanden sind.

Für den Salat Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelringe langsam anbraten. Am Ende die Semmelbrösel mit anrösten. Pfanne beiseite stellen.



Endiviensalat vierteln, in feine Streifen schneiden und in lauwarmes Salzwasser einlegen, um die Bitterstoffe zu entziehen. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Kräuternessig, weißen Balsamico und Balsamicocreme in ein Schüttelglas geben. Salz, Pfeffer und Zucker zugeben und verrühren, bis sich Zucker und Salz gelöst haben. Kürbiskern- und Sonnenblumenöl zugeben, Glas gut verschließen und schütteln.

Salat aus dem Einweichwasser in ein Sieb gießen und mit viel kaltem klarem Wasser abwaschen. Gut trocken schleudern. Petersilie waschen, abtrocknen und grob hacken. Die gerösteten Zwiebelringe und die gehackte Petersilie unter den Salat heben. Kurz vor dem Servieren Salatsoße zugeben und ebenfalls unterheben.

Die Kräuter-Käse-Spätzle mit Endiviensalat auf Tellern anrichten und servieren.



Leibgericht: „Seeteufel im Pancetta-Mantel mit Rucola-Pesto, kandiertem grünen Spargel und Rosmarin-Kümmel-Kartoffeln mit Kräuterquark“ von Daniel Paasch

Zutaten für zwei Personen

Für den Seeteufel:

2	Seeteufelfilets, á ca. 150 g, ohne Haut
8 Scheiben	Pancetta (dünn geschnitten)
100 g	Cherrytomaten (am Zweig)
1	Zitrone
½ Bund	Rucola
2 Zweige	Rosmarin
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Pesto:

1 Zehe	Knoblauch
30 g	Pininekerne
30 g	Parmesan
1 Bund	Rucola
1 EL	Olivenöl

Für die Kartoffeln:

500 g	kleine festkochende Kartoffeln (Grenaille Kartoffeln)
1 EL	Kümmelsamen
4 Zweige	Rosmarin
1 EL	grobes Meersalz
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Kräuterquark:

250 g	Quark
50g glatte	Petersilie, frisch
50 g	Schnittlauch
2	kleine Schalotten
2 EL	Sahne, zum Verrühren mit dem Kräuterquark
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Spargel:

50 g	Butter, zum Braten für den Spargel
250 g	grüner Spargel
50 g	Zucker
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle



Zubereitung

Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen weiteren Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Seeteufel kalt abwaschen, trocken tupfen, leicht salzen und pfeffern. Vier Scheiben Pancetta nebeneinander legen, darauf ein paar Rucolablätter verteilen, den Seeteufel darauf legen, wieder ein paar Rucolablätter darauf legen und den Speck mit dem Rucola um den Fisch wickeln. Einen Rosmarinzweig in zwei Stücke spalten, die Enden leicht anspitzen und damit den Speck fixieren. Mit dem zweiten Stück Seeteufel wird genauso verfahren.

Oliveneröl in einer Pfanne erhitzen und den eingewickelten Fisch rundherum scharf anbraten. Den Fisch mit Alufolie abdecken und für circa 15 Minuten bei 180 Grad in den Ofen geben. Nach fünf bis acht Minuten die Folie entfernen. Die Cherrytomaten am Zweig mit in den Ofen geben und den Fisch und die Tomaten zwei bis drei Minuten grillen, damit der Speck nochmals schön knusprig wird.

Für die Rosmarin-Kümmel-Kartoffeln das Backblech mit Backpapier auslegen und dieses mit Olivenöl bestreichen. Die Kartoffeln gründlich waschen und abtrocknen. Längs halbieren und mit der Schnittfläche nach unten auf dem Backblech verteilen. Mit etwas Olivenöl beträufeln und mit Kümmelsamen und Meersalz bestreuen. Die Rosmarinzweige in kleinere Zweige teilen und unter die Kartoffeln mischen. Im Ofen bei 200 Grad circa 25 Minuten garen.

Spargel waschen, die holzigen Enden abschneiden und halbieren. In einer Pfanne Butter zerlassen und den Spargel darin anbraten. Mit etwas Zucker karamellisieren. Am Ende mit dem zurück behaltenen Rest des Orangensafts ablöschen. Die Flamme niedriger stellen, bis der Saft verkocht ist. Mit Salz abschmecken.

Für das Rucolapesto ein Bund Rucola waschen und trocken schütteln. Den Parmesan grob reiben. Den Knoblauch schälen und grob hacken. Den Rucola, die Pinienkerne, den geriebenen Parmesan und die gehackte Knoblauchzehe miteinander pürieren, zum Schluss Olivenöl hinzugeben und nochmals pürieren.

Für den Kräuterquark die Petersilie und den Schnittlauch waschen, fein hacken und unter den Quark heben. Sahne unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Beim Anrichten den Seeteufel mit einer Zitronenscheibe und den Cherrytomaten verzieren.

Seeteufel im Pancetta-Mantel mit Rucolapesto, Rosmarin-Kümmel-Kartoffeln mit Kräuterquark und kandiertem grünen Spargel auf Tellern anrichten und servieren.



Leibgericht: „Entenbrust mit Serviettenknödeln, Rotkohl und Orangensauce“ von Ursula Grönig

Zutaten für zwei Personen

Für den Serviettenknödel:

3	altbackene Brötchen
1	Zwiebel
125ml	Milch
1	Ei
1 EL	Butter
1 Bund	glatte Petersilie
	Muskat, zum Würzen
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Entenbrust:

2	Entenbrust, à ca. 200 g
2	Orangen
50g	Cranberries
10g	Butter
100ml	Orangensaft
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Rotkohl:

1	halben Rotkohl (ca. 250g)
1	Apfel
1	Zwiebel
10g	Butter
4 EL	schwarze Johannisbeerkonfitüre
50g	Balsamicoessig
250g	Gemüsefond
1 TL	Zucker
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Rotkohl waschen, den Strunk entfernen und den Kohl in feine Streifen schneiden. Zwiebel abziehen und würfeln. Apfel ebenfalls waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Butter in einem Topf erhitzen und Zwiebelwürfel darin anschwitzen. Rotkohlstreifen und Apfel und dazugeben. Etwas Gemüsefond (circa 50 Milliliter) für die Orangensauce zurück behalten. Den Rotkohl mit dem restlichen Gemüsefond ablöschen, kurz aufkochen und dann die Hitze reduzieren. Johannisbeerkonfitüre und Balsamicoessig hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Für die Serviettenknödel ein Ei mit Milch, Muskat, Salz und Pfeffer verquirlen. Die altbackenen Brötchen zerbröseln und die Menge über die Brötchenwürfel gießen und ziehen lassen. Zwiebel



abziehen, fein hacken und in einer Pfanne in Butter glasig dünsten. Etwas abkühlen lassen und über die Semmelmasse geben. Petersilie waschen und fein hacken. Zwei Esslöffel der Petersilie unter die Semmelmasse heben. Masse auf Frischhaltefolie verteilen und zu einer Rolle formen. Rolle in Alufolie wickeln. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und die Semmelknödelrolle darin etwa 20 Minuten garen.

Die Entenbrust auf der Hautseite kreuzweise einschneiden und beide Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Eine beschichtete Pfanne erhitzen und die Entenbrust darin erst auf der Fettseite scharf anbraten, dann wenden. Anschließend mit der Fettseite nach oben in eine feuerfeste Form geben und im Backofen etwa 20 Minuten weiter garen. Die Pfanne mit dem Bratfett beiseite stellen.

Entenbrust aus dem Ofen nehmen und etwas ruhen lassen. Eine Orange auspressen. Bratensaft abschöpfen und zusammen mit dem Orangensaft (100 Milliliter) und der restlichen Brühe (50 Milliliter) in die beiseite gestellte Pfanne der Entenbrust geben und aufkochen. Hitze reduzieren und Cranberries dazugeben. Sauce auf die Hälfte einkochen lassen. Die andere Orange filetieren, die Filets in die Sauce geben und etwas ziehen lassen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Serviettenknödel aus der Folie nehmen und in circa zwei bis drei Zentimeter dicke Stücke schneiden.

Entenbrust in Tranchen aufschneiden.

Entenbrust mit Serviettenknödeln und Rotkohl auf Tellern anrichten und servieren.