

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 15. Juli 2021 ▪
 Tagesmotto „Bella Italia“ mit Cornelia Poletto



Ulrike Röwekamp

Kalbsgeschnetzeltes auf italienische Art mit Basmati

Zutaten für zwei Personen

Für das Geschnetzelte:

300 g Kalbsschnitzel
 100 g rote, krause Tomaten
 100 g grüne, krause Tomaten
 ½ Dose Artischockenherzen, 425 ml
 150 g Staudensellerie
 ½ Knoblauchzehe
 ½ Zitrone
 25 g entsteinte Kalamata-Oliven
 50 ml trockener Weißwein
 100 ml Rinderfond
 2 Stiele Salbei
 1,5 Stiele Basilikum
 2 EL Olivenöl, zum Anbraten
 Grobes Meersalz
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Tomaten waschen, trockentupfen und vierteln. Sellerie putzen, vom Strunk befreien und in schräge Scheiben schneiden. Oliven abtropfen lassen. Artischocken abtropfen lassen und halbieren. Salbeiblätter abzapfen. Zitrone waschen, trockentupfen und mit einem Sparschäler einen Streifen der Zitronenschale abschälen. Den Streifen in kleine Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Schnitzel in 4-5 cm lange Streifen schneiden. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Fleisch darin portionsweise unter Wenden 3-4 Minuten kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Herausnehmen. Sellerie, Artischocken, Knoblauch, Salbei und Zitronenstücke im heißen Bratenfett anbraten. Mit Wein und Fond ablöschen. Aufkochen lassen. Oliven und Tomaten dazugeben und bei schwacher Hitze ca. 5 Minuten köcheln lassen. Im Anschluss das Fleisch untermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Basilikum abrausen, trockenwedeln, Blättchen von den Stielen streifen und zum Geschnetzelten dazugeben.

Für den Reis:

200 g Basmatireis
 Salz, aus der Mühle

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.
 Reis darin nach Packungsanleitung gar kochen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Berta Carrasco Grau

Raviolo aperto di mare

Zutaten für zwei Personen

Für den Pasta-Teig:

100 g Pasta-Mehl
(oder feiner Hartweizengries)
2 Eier
¼ Bund Salbei
Salz, aus der Mühle

Ein Ei trennen und Eigelb auffangen. Mehl mit einem ganzen Ei und einem Eigelb vermischen, bis ein elastischer Teig entsteht. Den Teig in Frischhaltefolie einwickeln und kaltstellen.

Salbeiblätter abzupfen. Teig zu zwei Bahnen auf dünnster Stufe ausrollen. Auf eine Bahn die Salbeiblätter legen. Die zweite Bahn darauflegen und erneut dünn ausrollen. Mit zwei großen, runden Dessert-Ringen zwei große Kreise ausstechen.

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Pasta-Kreise nacheinander im Salzwasser gar kochen.

Für die Sauce:

6 Riesengarnelen, mit Schale
1 kleine Dose Cannellini-Bohnen
1 Knoblauchzehe
100 ml trockener Weißwein
300 ml Gemüsefond
¼ Bund Salbei

Salbeiblätter abzupfen. Garnelen schälen, entdarmen, waschen und trockentupfen. Die Schalen in einen kleinen Topf mit einer Knoblauchzehe und etwas Salbei geben und leicht anrösten. Mit Weißwein ablöschen. Wein einkochen lassen und Fond hinzugeben. Sud kurz köcheln lassen.

Garnelenschalen und den Salbei aus der Brühe herausholen und Bohnen zu der Brühe geben. Alles erneut erwärmen und fein pürieren. Die Brühe zu einer cremigen Sauce einkochen.



Laut WWF sollten Sie auf Garnelen zurückgreifen, die aus der **Bioaquakultur** oder aus der **Zucht der Zero-Input Systeme** aus Südostasien (außer Indien) stammen und beim Kauf auf eine ASC-, Bio- oder Naturland-Zertifizierung achten.

Für die Garnelen:

1 Knoblauchzehe
1 EL Butter
¼ Bund Salbei
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salbeiblätter abzupfen. Garnelenfleisch (von oben) mit Butter, einer ganzen Knoblauchzehe und etwas Salbei vorsichtig anbraten. Die Garnelen sollten nicht komplett gegart werden, da sie später in der Brühe nachgaren. Je nach Geschmack mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnitur:

¼ Bund Salbei

Salbeiblätter abzupfen.

Garnelen in der Mitte der Teller anrichten und mit der heißen Sauce bedecken. Mit einem Pasta-Kreis die Sauce abdecken und mit Salbei garnieren. Das Gericht servieren.



Simona Ruppert

Misto di mare mit Panzanella, Risoni und Parmesanschaum

Zutaten für zwei Personen

Für Misto di mare:

1 Packung Frutti di Mare,
Nettogewicht 800 g
100 g kleine Manila Teppichmuscheln
100 g Venusmuscheln
1 rote Zwiebel
2 Knoblauchzehen
½ rote Chilischote
100 ml trockener Weißwein
100 ml Gemüsefond
1 Zweig Basilikum, ohne Blätter
50 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Alle Muscheln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten, entbarten und geöffnete Muscheln aussortieren. Einen Topf mit Wasser aufsetzen. Muscheln ins kochende Wasser geben und kräftig sprudelnd kochen lassen, dann abgießen.

Basilikumblätter vom Zweig trennen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch und Zwiebel abziehen und je nach Geschmack andrücken oder zerschneiden. Chili putzen und je nach Geschmack klein schneiden. Knoblauch und Chili kurz anbraten und mit Weißwein ablöschen. Zwiebel, Basilikumzweig und Fond dazu geben und fünf Minuten weiter köcheln lassen. Meeresfrüchte putzen, waschen, trockentupfen, dazugeben und so lange kochen lassen, bis die Muscheln aufgehen. Weitere zwei Minuten ziehen lassen. Meeresfrüchte durch ein Sieb geben und kaltstellen. Den Sud der Meeresfrüchte für die Risoni aufbewahren.

Für die Panzanella:

300 g altes Ciabatta
1 Zweig Rosmarin
50 ml natives Olivenöl extra

Brot entrinden und in 1 cm große Würfel schneiden. Rosmarin abrausen und trockenwedeln. Brot mit Olivenöl und Rosmarin in eine Backform geben und zehn Minuten bei 200 Grad im Ofen knusprig backen.

Für das Gemüse:

1 Gurke
1 Zucchini
1 Karotte
1 Frühlingszwiebel
4 kleine Cherry-Tomaten
1 Zitrone
Etwas weißer Balsamico-Essig
1 Schuss natives Olivenöl
1 Bund Basilikum
2 Zweige Minze
Fleur de Sel
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Karotten schälen, von Enden befreien und klein schneiden.

Frühlingszwiebel putzen, vom Strunk befreien und in Scheiben schneiden. Zucchini und Gurke waschen, trockentupfen, von Enden befreien und in Scheiben schneiden. Tomaten waschen, trockentupfen und klein schneiden.

Basilikum- und Minzblätter abzupfen, abrausen, trockenwedeln und klein hacken. Etwas Basilikum und Minze für die Garnitur aufbewahren. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Zitrone waschen, trockentupfen und Schale abreiben.

Gemüse mit Basilikum, Minze, Olivenöl, Essig sowie Zitronenabrieb und -saft in eine Schüssel geben und vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Schaum:

1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
50 g Parmesan
1 Stück Butter
200 g Sahne
50 ml Weißwein
Zucker, zum Abschmecken
Fleur de Sel
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Parmesan reiben. Schalotte und Knoblauch abziehen, fein hacken und mit Butter in einem Topf glasig anschwitzen. Mit Wein ablöschen und Sahne aufgießen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und etwas einreduzieren lassen. Topf vom Herd nehmen, Parmesan einrühren und mit einem Pürierstab schaumig aufschlagen.

Für die Risoni: Risoni 10 Minuten im Fischesud (von oben) köcheln. Mit Parmesan vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Als Beilage servieren.
120 g Risoni
15-20 g geriebener Parmesan
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Meeresfrüchte und Panzanella zum Gemüse geben und sanft mischen.
Misto die mare auf tiefen Tellern anrichten, mit Parmesanschaum, etwas Basilikum und Minze garnieren und mit den Risoni servieren.

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 15. Juli 2021 ▪
Zusatzgericht von Cornelia Poletto



Spaghetti alla puttanesca

Zutaten für zwei Personen

Für das Gericht:

200 g Spaghetti
1 Anchovisfilet (in Öl eingelegt)
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
60 g schwarze Oliven (entsteint,
z.B. Taggiasca Oliven)
2 EL Kapern, nonpareille
150 ml Tomatensauce
(selbstgemacht oder fertig gekauft)
1 Zweig Petersilie
½ TL getrockneter Oregano
4 EL Olivenöl, zum Anbraten
Meersalz
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Pasta in kochendem Salzwasser nach Packungsanleitung bissfest garen.
Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Anchovisfilets
abtropfen lassen und fein hacken.

Eine Pfanne erhitzen und Öl hineingeben. Schalotten, Knoblauch,
Anchovis und Oregano darin 3 Minuten andünsten. Tomatensauce
zufügen und aufkochen lassen. Oliven und Kapern untermischen und
alles mit Salz und Pfeffer würzen.

Spaghetti mit einer Pastakralle aus dem Wasser direkt in die Pfanne mit
der Sauce geben und vermischen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln,
fein hacken und 1 EL davon unterheben. Mit Salz und Pfeffer
abschmecken.



**PROFI
TIPP**

Um Wasser schneller zum Kochen zu bringen und lästige
Salzablagerungen am Topfrand zu vermeiden, sollte man das Salz erst
dazugeben, wenn das Wasser bereits kocht. So löst sich das Salz
deutlich schneller auf und man spart Zeit.

Für die Garnitur:

1 Stück Parmesan

Parmesan reiben und das Gericht damit bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.