

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 16. Juli 2019** ▪
ChampionsWeek ▪ "Zwei Farben" mit Nelson Müller



Marie Pulvermacher

In Kräuter-Öl konfirter Heilbutt mit Speckschaum, Erbsencreme, wildem Brokkoli und Wildkräutersalat mit Popcorn

Zutaten für zwei Personen

Für den Heilbutt:

2 Heilbutt-Filets (ohne Haut)
500 ml Olivenöl
½ Bund Schnittlauch
½ Bund glatte Petersilie
½ Bund Kerbel
½ Bund Estragon
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 70 Grad Heißluft vorheizen.

Fisch waschen, trockentupfen, portionieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Kräuter abbrausen, trockentupfen und mit dem Olivenöl in einem Standmixer pürieren und über ein Sieb abseihen.

Filets in eine ofenfeste Form geben, mit dem Öl bedecken und ca. 20 Minuten im Ofen langsam garen. Vor dem Servieren die Haut abziehen.

Für die Erbsencreme:

300 g TK-Erbsen
50 ml Milch
50 ml Sahne
50 g Crème fraîche
4 Minzblätter
Eiswasser
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen und Erbsen darin blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Mit Milch, Sahne, Crème fraîche und Minze zu einem Püree verarbeiten. Durch ein Sieb streichen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Speckschaum:

100 g Speck
½ Schalotte
50 ml trockener Weißwein
200 ml Sahne
200 ml Wasser
1 EL Butter
Piment d'Espelettes
1 Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle

Schalotte abziehen und würfeln. Zusammen mit dem Speck langsam in Butter auslassen. Mit dem Weißwein ablöschen und den Alkohol auskochen lassen. Wasser dazugeben und etwa zur Hälfte reduzieren. Sahne dazu geben, nochmals 5 Minuten köcheln lassen, mit Salz, Piment d'Espelettes und Muskat abschmecken und über ein Sieb in einen Siphon abseihen. Mit einer Patrone schaumig aufschlagen.

Für den wilden Brokkoli:

300 g wilder Brokkoli
2 EL Olivenöl
1 Zitrone (Abrieb)
Salz, aus der Mühle

Brokkoli waschen, kleinschneiden und in Salzwasser bissfest blanchieren. In Eiswasser abschrecken. Zitrone waschen und trockentupfen. Brokkoli in Olivenöl glasieren und mit Salz und Zitronenabrieb abschmecken.

Für den Wildkräutersalat: Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Aus Öl, Essig, Fond, Senf, Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Honig eine Marinade rühren. Den Salat waschen, trockenschleudern und kurz vor dem Servieren durch die Marinade ziehen.

200 g gemischte Wildkräuter und feine Salatblättchen
3 EL Olivenöl
2 EL Gemüsefond
1 EL Weißweinessig
1 EL Senf
1 Zitrone (Saft)
1 EL Honig
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Öl in einen kleinen Topf geben, sodass der Boden bedeckt ist. Den Puffmais dazu geben, die Maiskörner sollten aber nicht aufeinander liegen. Deckel auf den Topf geben und auf dem Herd stark erhitzen. Wenn die Hälfte der Maiskörner gepufft ist, vom Herd nehmen und warten bis alle Maiskörner gepufft sind. Das warme Popcorn mit Salz würzen.

50 g Popcornmais
200 ml Pflanzenöl
Gänseblümchen
Salz, aus der Mühle

Den Fisch auf einem Brokkolibett anrichten und den Wildkräutersalat darauf geben. Erbsencreme und Speckschaum daneben geben und mit Popcorn und Gänseblümchen garnieren.



Frank Habeth

Rot-Grün: Rinderfilet mit Kräuterkruste, grünem Spargel mit Paprika-Speck-Dressing, Rote-Bete-Sauce und grüner Spargel-Espuma

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

2 Rinderfilets à 250 g
1 EL Rapsöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Rinderfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in Öl scharf von beiden Seiten anbraten. Filets ruhen lassen und später mit der Kruste nochmals auf den richtigen Garpunkt erwärmen.

Für die Rote-Bete-Sauce:

1 frische große Rote Bete
1 große Tomate
2 Frühlingszwiebel
1 EL Tomatenmark
1 EL Sahne
150 ml Gemüsefond
50 ml Weißwein
1 EL Balsamicoessig
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rote Bete schälen und in kleine Würfel schneiden. Das weiße von der Frühlingszwiebel kleinschneiden. Tomate einritzen und in kochendes Wasser legen. Danach häuten und klein schneiden. Frühlingszwiebeln mit Roter Bete und Tomate in Öl andünsten. Tomatenmark kurz mit anbraten. Mit Gemüsefond und Weißwein ablöschend weich kochen lassen. Das Ganze in einen Mixer geben und die Sahne mit dem Balsamicoessig dazugeben. Pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den grünen Spargel-Espuma:

450 g grüner Spargel
50 g frischer Spinat
200 ml Sahne
1 EL Balsamicoessig
2 EL Gemüsefond
1 TL Salz
1 TL Zucker

Spargel in kleine Stücke schneiden und mit Wasser bedecken. Salz und Zucker dazugeben. Spargel weich kochen lassen. Spinat waschen, trockenschleudern und kurz in Gemüsefond blanchieren, bis er vollständig zusammengefallen ist.

Das Ganze mit der Sahne und dem Balsamicoessig in einen Mixer geben und zu einer ganz feinen Sauce pürieren. Sauce in einen Sahnspender geben und mit einer Kartusche Stickstoff aufschrauben. Kräftig schütteln und in ca. 60 Grad warmen Wasser warm halten.

Für das Paprika-Speck-Dressing:

10 Stangen grüner Spargel
6 Scheiben Frühstücksspeck
1/2 Zitrone
1 rote Paprika
1 grüne Paprika
100 ml Olivenöl
1 TL Salz
1 TL Zucker
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitrone in Scheiben schneiden. Den hinteren Teil der Spargelstange großzügig abschneiden und in Wasser mit Salz, Zucker und Zitronenscheiben gar kochen.

Den Frühstücksspeck in grobe Streifen schneiden und kross anbraten. Paprika waschen, trockentupfen, in kleine Würfel schneiden und zum Speck geben und mit andünsten. Ein wenig Salz dazugeben. Dann in eine Schüssel geben. Mit dem Olivenöl und Pfeffer abschmecken.

Spargelstangen auf einen Teller geben und mit dem Dressing bedecken.

Für die Kräuterkruste: Kräuter abbrausen, trockenwedeln und etwas klein hacken. In einem Mixbecher die Semmelbrösel, Butter und die Kräuter geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Ganze zu einer homogenen Paste vermischen.

50 g Kräuter (Petersilie, Sauerampfer, Kerbel, Schnittlauch)
50 g Semmelbrösel
100 g Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Paste dünn ausstreichen und auf das Rinderfilet darauflegen.
Im Backofen bei Grillfunktion ca. 3-5 Minuten bräunen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Maike Eggers

Gelb-Weiß: Pochiertes Kabeljaufilet auf Kartoffelstampf mit einer Variation vom Blumenkohl, Kartoffelstroh und Sauce hollandaise

Zutaten für zwei Personen

Für das Kabeljaufilet:

Kabeljaufilet à ca. 400 g (ohne Haut)
 1 Knoblauchzehe
 20 g frischer Ingwer
 ½ rote Chilischote
 1 EL ungesüßtes Mandelmus
 100 ml Milch
 200 Fischfond
 200 Gemüfefond
 2 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Milch in einem Topf erhitzen. Knoblauch abziehen, Ingwer schälen und beides in Scheiben schneiden. Zusammen mit der Chilischote in die Milch geben. Olivenöl und Mandelmus unterrühren.

Kabeljaufilet waschen, trockentupfen, entgräten und in 2 Stücke schneiden. Mit Salz würzen. Fischstücke in die warme Mandelmilch und Fond legen, zugedeckt einmal aufkochen, dann bei sehr milder Hitze ca. 4 Minuten gar ziehen lassen. (Achtung: Fond niemals über 90 Grad heiß werden lassen). Fisch aus der Milch nehmen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Für den Kartoffelstampf:

6 große festkochende Kartoffeln
 ½ Süßkartoffel
 120 ml Milch
 40 g Butter
 1 Muskatnuss
 ½ TL Kurkumapulver
 Safranfäden, zum Färben
 Salz, aus der Mühle

Safran in kaltes Wasser einlegen. Einen Topf mit gesalzenem Wasser aufsetzen. Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in dem Salzwasser gar kochen. Wenn die Kartoffeln weich sind, das überschüssige Wasser abgießen. Milch in einem kleinen Topf erwärmen. Safranfäden, Butter, warme Milch, Salz, etwas Muskat und Kurkumapulver zu den Kartoffeln geben und mit dem Kartoffelstampfer gut zerdrücken.

Für das Kartoffelstroh:

2 Kartoffeln
 2 EL Mehl
 Sonnenblumenöl, zum Frittieren
 Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und mit einer Mandoline in feine Fäden hobeln. Trocken tupfen, in Mehl wenden und in heißem Öl (ca. 180 Grad) ca. 2 Minuten Goldgeld frittieren. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und abschließend mit Salz bestreuen.

Für das Blumenkohl-Püree:

1 Blumenkohl
 1 Limette
 25 g Cashewkerne
 100 ml Gemüfefond
 1 EL Crème fraîche
 1 EL Butter
 1 Muskatnuss
 1 EL gelbes Currypulver
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Blumenkohl putzen und in einem Topf mit Salzwasser und Gemüfefond garen. Wenn die Röschen weich sind, diese fein stampfen und ggf. durch ein Sieb drücken. Crème fraîche und Butter mit einem Schneebesen unterrühren. Kräftig mit Curry, Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Cashewkerne anrösten und als Garnitur verwenden.

- Für den panierten Blumenkohl:** Blumenkohl waschen, putzen und in nicht zu kleine Röschen zerteilen. In einem Topf den Blumenkohl mit Wasser, Salz und geriebener Muskatnuss zum Kochen bringen und für ca. 6-8 Minuten köcheln lassen. Blumenkohl sollte dabei bissfest gegart werden. Blumenkohl danach unter kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen. Drei Panierschüsseln mit jeweils Mehl, Ei und einer Mischung aus Paniermehl und Pankomehl vorbereiten. Blumenkohl ggf. noch mit etwas Salz, Kurkuma und geriebener Muskatnuss bestreuen. Blumenkohlröschen nun zuerst in Mehl, danach in Ei und im Paniermehl wälzen. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und den panierten Blumenkohl darin bei mittlerer Hitze braten, bis er ringsherum eine goldgelbe Kruste erhalten hat.
- Für die Sauce hollandaise:** Zitrone halbieren, Saft auspressen und auffangen. Butter zerlassen, aber nicht stark erhitzen. Etwas Wasser erhitzen und 2 Esslöffel mit dem Safran verrühren, 1 Minute ziehen lassen und gut umrühren. Eier trennen und Eigelbe verrühren. Das gefärbte Wasser zu der Ei-Menge geben. Eigelbe mit dem „Safran-Wasser“, Zitronensaft, Weißwein und etwas Salz in eine runde Schüssel geben und auf ein heißes Wasserbad stellen. Mit einem Schneebesen verrühren, bis die Masse cremig ist und sich ihr Volumen etwa verdoppelt hat. Flüssige Butter nach und nach unterziehen. Zuerst Teelöffel-, dann Esslöffelweise. Mit Salz, Pfeffer und Cayenne abschmecken.
- Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Vanessa Schätzle

Orange-Schwarz: Geflammter Lachs auf Bohnen-Oliven-Bett, Nudel-Röllchen mit Süßkartoffel-Füllung und Tomaten-Maracuja-Sauce

Zutaten für zwei Personen

Für den Nudelteig:

100 g Hartweizengrieß
4 g Sepiatinte
(ggf. Mengenangaben des Herstellers beachten)
30 g Mehl
1 EL Olivenöl
1 TL Salz

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Sepiatinte mit 40 ml Wasser vermengen, Hartweizengrieß, Olivenöl und Salz hinzugeben und mindestens fünf Minuten miteinander verkneten. Ggf. noch etwas Wasser hinzugeben. Abgedeckt 10 Minuten beiseite stellen. Anschließend Teig nochmal durchkneten und in vier Teile teilen, durch die Nudelmaschine geben, immer mal wieder bemehlen, kurz ruhen lassen und anschließend die Nudelbahnen zwei Minuten in kochendes Salzwasser geben. Mit einer Schaumkelle herausholen und abtropfen lassen.

Für das Süßkartoffelpüree:

500 g Süßkartoffel
1 Stück Ingwer
100 g Crème fraîche
1 Orange
1 Limette
1 L Karottensaft
3 EL Schwarzkümmel
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Süßkartoffel schälen, in große Würfel schneiden und 10-15 Minuten in gesalzenem Karottensaft kochen bis die Würfel gar sind.

Orange und Limette waschen und trockentupfen. Schale abreiben, Früchte auspressen.

Süßkartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und durch eine Kartoffelpresse geben. Ingwer schälen und feinschneiden. Crème fraîche, die Hälfte des Orangen- und Limettenabriebs, 2 EL Limettensaft, Ingwer und Schwarzkümmel hinzugeben. Mit Salz und ggf. Pfeffer abschmecken. Süßkartoffelpüree in die Nudelplatten einrollen.

Für den Lachs:

1 Lachsfilet à 250 g (ohne Haut)
Zucker, zum Abschmecken
Rauchsalz

Lachs abrausen und trockentupfen. Lachs in Würfel schneiden und mit ein wenig Zucker bestreuen. Mit einem Flambierer den Lachs ganz kurz abflämmen und mit Rauchsalz abschmecken.

Für die Tomaten-Maracuja-Sauce:

500 g orangefarbene Tomaten
2 Maracujas
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
1 Tonkabohne
1 EL Paprikamark
1 EL Mangoessig
1 EL Neutrales Öl
1 Prise Zimt
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte und Knoblauch abziehen. Tomaten und Schalotte achteln, Knoblauchzehe grob klein schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen, Schalotten, Tomaten und Knoblauch 2-3 Minuten anbraten, Paprikamark und Zimt hinzugeben und mit Mangoessig ablöschen. Maracujas halbieren dazugeben und 10 Minuten köcheln lassen. Durch ein Sieb passieren und mit Salz, Pfeffer, Zucker und Tonkabohne abschmecken.

Für das Bohnen-Oliven-Bett: Bohnen, Oliven und schwarzen Knoblauch in einem Mixer zerkleinern, ggf etwas Gemüsefond hinzugeben.
200 g vorgegarte schwarze Bohnen (aus der Dose) Thymian abrausen, trockenwedeln und sehr fein hacken.
100 g schwarze entsteinte Oliven Masse mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und Thymian abschmecken
100 ml Gemüsefond Panko mit Kurkuma und Paprikapulver vermischen.
5 g schwarzer Knoblauch Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und mit dem Pankogemisch braten bis das Öl aufgesaugt ist und die Brösel knusprig sind.
1 Bund Thymian Sofort auf eine Küchenrolle geben und mit einem zweiten Tuch abtupfen.
2 EL Pankobrösel
2 EL Rapsöl
1 TL Kurkuma
1 TL edelsüßes Paprikapulver
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Stefanie Middendorf

Grün-Gelb: Gelbe Tortellini mit Spinatsauce und Feldsalat im Parmesankörbchen

Zutaten für zwei Personen

Für den Nudelteig:

200 g Pastamehl
2 Eier (Eigelb)
1 ganzes Ei
1 EL Kurkuma
1 EL Olivenöl

Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Zwei Eier trennen. 150 g Pastamehl, Ei, zwei Eigelbe, Kurkuma und Olivenöl zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig in Klarsichtfolie einwickeln und kurz im Kühlschrank ruhen lassen. Den Rest Mehl für das Ausrollen beiseite stellen.

Für die Füllung:

125 g Burrata
2 EL Pecorino
2 EL Parmesan
1 TL Kurkuma
1 Ei (Eigelb)
1 EL Paniermehl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Pecorino und Parmesan fein reiben und zusammen mit dem Burrata und dem Kurkuma verrühren. Ei trennen und Eigelb und Paniermehl unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Tortellini:

2 EL Butter
1 Ei (Eigelb)
Salz, aus der Mühle

Ei trennen. Nudelteig mit einer Nudelmaschine dünn ausrollen. Den ausgerollten Nudelteig in 9 cm große Quadrate schneiden. Einen Teelöffel Füllung mittig auf den Teig auftragen. Die Ränder mit Eigelb bestreichen, dann diagonal auf die gegenüberliegende Ecke drücken und zu einem Tortellino formen. Salzwasser zum Kochen bringen und die Tortellini 3-4 Minuten garen. Mit einem Schaumlöffel raus nehmen und auf ein Gitter abtropfen. Butter schmelzen und über die Tortellini träufeln.

Für das Parmesankörbchen:

40 g Parmesan im Ganzen

Parmesan in Streifen reiben. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. 2 Kreise (16 cm) markieren und mit dem Parmesan ausstreuen und leicht andrücken. Im vorgeheizten Backofen ca. 10 Minuten backen. Herausnehmen, kurz abkühlen lassen und dann auf eine umgedrehte Schale, zum Formen der Körbchen, legen.

Für die Körbchen Füllung:

1 gelbe Kaki
½ Knoblauchzehe
60 g Feldsalat
1 Zweig Rosmarin
1 EL Weißweinessig
1 TL Akazienhonig
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kaki waschen, trockentupfen und in Spalten schneiden. Knoblauch abziehen und kleinhacken. Rosmarinnadeln abzupfen und klein hacken. Mit 1 EL Olivenöl (1 EL Öl für die Salatsauce) vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kaki im Ofen bei 200 Grad 10 Minuten rösten. Feldsalat waschen und trockenschleudern. Aus dem restlichen Öl, Essig, Honig und den Gewürzen eine Salatsauce herstellen. Kurz vor dem Anrichten den Salat mit der Sauce vermengen und in das Parmesankörbchen legen.

Für die Nudelsauce: Butter in einem Topf zerlassen. Zwiebel und Knoblauch abziehen, klein schneiden und dazu geben. So lange dünsten, bis sie glasig sind. Sahne und Geflügelfond dazugeben und bis so lange einköcheln lassen bis die Flüssigkeit zur Hälfte reduziert ist. Spinat waschen, trockenschleudern und im kochendem Wasser blanchieren, abgießen und im Eiswasser abkühlen. Spinatmasse gut ausdrücken und zu der Sahne-Fond Mischung geben. Alles fein pürieren. Ricotta hinzugeben und verrühren. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

100 g Baby-Blattspinat
50 g Ricotta
1 Zwiebel
½ Knoblauchzehe
1 EL Butter
100 ml Geflügelfond
100 ml Sahne
Eiswasser
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.