

# | Die Küchenschlacht - Menü am 18. April 2016 |

## „Leibgerichte“ Alfons Schuhbeck



### **Leibgericht: „Fattah - Geröstetes Fladenbrot mit Hähnchenbrust und Joghurt-Granatapfel-Sauce“ von Hannah-Schirin Koudaimi**

#### **Zutaten für zwei Personen**

##### *Für das Fladenbrot mit der Hähnchenbrust:*

2 Hähnchenbrüste à 250 g  
2 kleine Zwiebeln  
4 Stück dünnes Fladenbrot  
250 g Kichererbsen (aus der Dose)  
Olivenöl, zum Braten und Frittieren  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

##### *Für die Joghurt-Granatapfel-Sauce:*

3 kleine Zitronen  
1 Granatapfel  
1 Zehe Knoblauch  
500 g Joghurt (3,5% Fett)  
3 EL Sesampaste (Tahine)  
rosenscharfes Paprikapulver, zum Abschmecken  
Salz, aus der Mühle

##### *Für die Garnitur:*

¼ Bund glatte Petersilie  
40 g Cashewkerne  
50 g Pinienkerne  
2 EL Butterschmalz

#### **Zubereitung**

Für das Fattah Zwiebeln abziehen und fein hacken. Olivenöl in einem Topf erhitzen und Zwiebeln darin anschwitzen. Hähnchenbrust waschen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden. Zu den Zwiebeln geben und ebenfalls anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Wasser hinzugeben und das Fleisch circa zwölf Minuten kochen lassen.

Fladenbrot in kleine Stücke zerkleinern. Öl in einem Topf erhitzen, Fladenbrot darin knusprig frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Joghurt-Granatapfel-Sauce Zitronen auspressen. Granatapfel halbieren und Kerne herauslösen. Joghurt mit Sesampaste, Zitronensaft und einem Teil der Granatapfelkerne vermengen. Kichererbsen abgießen, Flüssigkeit auffangen und einen Teil davon zur Joghurt-Mischung geben. Knoblauch abziehen und pressen, ebenfalls hinzufügen. Mit Salz würzen.

Für die Garnitur in einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und Pinienkerne und Cashewnüsse darin goldbraun rösten. Petersilie abrausen, trockenwedeln und klein schneiden.



Fladenbrot in einer Auflaufform aus Glas auslegen. Kichererbsen darauf verteilen. Hähnchenbrust darauf geben, Joghurt-Granatapfel-Sauce ebenfalls darauf verteilen. Mit scharfem Paprikapulver

bestreuen. Pinienkerne, Cashewkerne und Granatapfelkerne ebenfalls auf der Fattah verteilen. Mit Petersilie bestreuen und heiß servieren.

Geröstetes Fladenbrot mit Hähnchenbrust und Joghurt-Granatapfel-Sauce in einer Glasschale anrichten und servieren.



**Leibgericht: „Gefüllte Kalbsroulade mit Kartoffelgratin, Rosmarin-Weißwein-Sauce und Parmesan-Schaum“ von Alexandre Bidault**

**Zutaten für zwei Personen**

*Für die Roulade:*

2	Kalbsschnitzel aus der Oberschale à 170g
4 Scheiben	Serrano Schinken
8 Blätter	Salbei
2-3 Zweige	Thymian
50 g	Parmesan
2 EL	Ricotta
1 Prise	Piment d'Espelettes
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für das Gratin:*

2	große weichkochende Kartoffeln
2 Zehen	Knoblauch
140ml	Sahne
1	Muskatnuss, zum Würzen
	Butter, zum Einfetten
	Salz, aus der Mühle

*Für die Sauce:*

1	Champignon
1 Stange	Sellerie
1	Schalotte
3 Zweige	Rosmarin
300 ml	Kalbsfond
150 ml	trockener Weißwein
	Butter, zum Anbraten

*Für den Parmesanschaum:*

400 g	Parmesan
2g	Soja Lecithin Pulver

*Für die Garnitur:*

1 Handvoll	Baby Leaf Salat
3	kleine Karotten (je Gelb, Rot, Blau)
1	Zitrone
	Olivenöl, zum Würzen
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle



## Zubereitung

Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Für das Gratin Sahne in einem Topf erhitzen. Knoblauch abziehen, andrücken und dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Kartoffeln schälen, mit einer Mandoline in vier Millimeter Scheiben schneiden und Kreise ausstechen. Kurz bevor die Sahne kocht, Herdplatte abstellen.

Kartoffelscheiben zur Sahne geben und zwei Minuten garen. Kleine Auflaufform mit Butter einfetten, die Kartoffelscheiben hineinlegen, mit der Sahne übergießen und für 20 Minuten in den Ofen schieben.

Für die Sauce den Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Den Champignon und den Sellerie putzen, Schalotte abziehen. Alles kleinschneiden. Anschließend in etwas Butter anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen. Einkochen lassen. Kalbsfond dazu geben und köcheln lassen.

Die Sauce durch ein Sieb passieren. Das Gemüse kann anderweitig verwendet werden. Die Sauce zurück in den Topf schütten. Mit kalter Butter montieren. Rosmarinzweige in die Sauce legen.

Für die Roulade den Parmesan reiben und mit Ricotta, Piment d'Espelettes, Salz und Pfeffer vermengen. Je zwei Scheiben Serrano auf das Fleisch legen. Mit Ricotta bestreichen. Mit je vier Salbeiblättern belegen. Das Fleisch zusammenrollen und mit Küchengarn festbinden. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Roulade in etwas Olivenöl rundum kurz und scharf anbraten und für zwölf Minuten in den Ofen schieben.

Den Saft einer halben Zitrone auspressen. Karotten schälen und mit der Mandoline in hauchdünne Scheiben schneiden. Die Baby Leaf Blätter waschen, trocknen und mit einem Spritzer Olivenöl, Zitronensaft, sowie Salz und Pfeffer würzen.

Für den Parmesanschaum den Parmesan reiben, mit 300 Milliliter Wasser und dem Lecithinpulver in einen Topf geben. Kurz pürieren. Dann einmal kurz aufkochen und zehn Minuten ruhen lassen. Kurz vor dem Anrichten, die Flüssigkeit erneut gründlich pürieren bis Schaum entsteht.

Die Kalbsroulade aufschneiden, auf einen Teller legen. Kartoffelgratin daneben dressieren. Mit der Sauce übergießen und mit Baby Leaf Blättern sowie Karotten dekorieren.

Gefüllte Kalbsroulade mit Gratin dauphinois, Rosmarin-Weißwein-Sauce und Parmesanschaum auf Tellern anrichten und servieren.



## **Leibgericht: „Kartoffelsotto mit pochiertem Lachs und Estragon-Senf-Creme“ von Tatjana Lopuga**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für den pochierten Lachs:*

1	Lachsfilet ohne Haut à 300 g
1	Zitrone
1	Lorbeerblatt
1 TL	feines Salz

#### *Für das Kartoffelsotto:*

400 g	festkochende Kartoffeln
1	Schalotte
1	Knoblauchzehe
50 ml	Weißwein
150 ml	Geflügelfond
50 g	Butter
100 g	Pecorino, zum Reiben
2 EL	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Estragon-Senf-Creme:*

1 EL	grüner Estragon-Senf
1	Ei
50 ml	Milch
1 EL	Butter
	feines Salz

#### *Für die Garnitur:*

1 Zweig	Estragon
1 Zweig	Koriander
1 Zweig	Petersilie

### **Zubereitung**

Für das Kartoffelsotto Kartoffeln schälen und in fünf Mal fünf Millimeter große Würfel schneiden. Schalotte abziehen und fein hacken. Knoblauch abziehen und in feine Scheiben schneiden.

In einem Topf Olivenöl erhitzen und Schalotten darin glasig dünsten. Kartoffelwürfel und Knoblauch hinzufügen und eine Minute anbraten. Mit Weißwein ablöschen und mit Geflügelfond stetig auffüllen. Köcheln bis die Kartoffeln knapp gar sind.

Für den pochierten Lachs das Lachsfilet in zwei gleiche Stücke teilen. Mit dem Zestenreißer einige Zesten von der Zitrone reißen. Zitrone halbieren und auspressen. In einem Topf Wasser mit dem Zitronensaft, Salz und Lorbeerblatt einige Minuten aufkochen. Lachsfilets hineingeben und zwölf Minuten im circa 80 Grad heißen Pochiersud ziehen lassen.



Für die Estragon-Senf-Creme Ei mit Senf und Milch in eine Schüssel geben. Mit dem Schneebesen schaumig aufschlagen und salzen. In einem Topf Butter schmelzen und aufgeschlagene Mischung zufügen. Sauce unter ständigem Schlagen mit dem Schneebesen erhitzen, bis sie cremig wird. Vom Herd nehmen und bei geringer Hitze warm halten.

Pecorino reiben und mit der Butter in das Kartoffelsotto einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur Estragon, Petersilie und Koriander waschen, trockenwedeln und ein paar Blätter abzupfen.

Das Kartoffelsotto mit pochiertem Lachs und Estragon-Senf-Creme auf Tellern anrichten, mit Estragon, Petersilie und Koriander garnieren und servieren.



## **Leibgericht: „Lardo-Pfannkuchen-Rauten mit Fünf-Aromen-Salat und gebratenen Birnenspalten“ von Martin Feller**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Pfannkuchen-Rauten:*

6 Scheiben Lardo (dünn)  
2 Eier (Größe M)  
100 ml Milch  
50 g Mehl  
1 Msp. Backpulver  
Sonnenblumenöl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für den Salat und die Birnenspalten:*

100 g Feldsalat  
100 g Roter Mangold  
100 g Rucola  
1 Granatapfel  
2 Birnen (Abate Fetel)  
70 g Geräucherter Käse am Stück  
  
2 EL Sonnenblumenöl, zum Braten

#### *Für die Vinaigrette:*

30 ml Italienischer Rotweinessig  
30 ml Rapsöl  
30 ml Olivenöl  
3 TL Chili-Soße  
3 EL Himbeersirup  
1 TL geröstetes Sesamöl  
2 Zweige Thymian  
2 Zweige Rosmarin

### **Zubereitung**

Für die Pfannkuchen-Rauten Eier aufschlagen und mit Mehl, Milch, Salz, Pfeffer und Backpulver zu einem dünnen Teig verrühren. Lardo, in eine Pfanne mit Sonnenblumenöl geben, anbraten und den Teig darüber geben. Pfannkuchen anschließend aus der Pfanne nehmen, abkühlen lassen und in Rauten schneiden.

Für den Fünf-Aromen-Salat Feldsalat, roten Mangold und Rucola waschen und trocken schleudern. Stielansätze des Feldsalats entfernen, Rucola grob schneiden. Granatapfel halbieren und Kerne herauslösen. Geräucherten Käse mit einem Käsehobel in sehr feine Scheiben hobeln. Birnen waschen, halbieren, Kerngehäuse entfernen, vierteln und in dünne Scheiben schneiden. In etwas Sonnenblumenöl anbraten.



Für die Vinaigrette Olivenöl und Rapsöl zusammenrühren. Himbeersirup, Rotweinessig, Chili-Soße und geröstetes Sesamöl dazugeben. Thymian und Rosmarin waschen, trocken wedeln, fein hacken und unterrühren. Dressing mit Salatblättern vermengen.

Lardo-Pfannkuchen-Rauten mit Fünf-Aromen-Salat und gebratenen Birnenspalten auf Tellern anrichten und servieren.



## **Leibgericht: „Süßsaure Kalbsnierchen mit Kartoffelpüree und Gurkensalat“ von Karin Hüskes**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Kalbsnierchen:*

500 g Kalbsnierchen  
3 Zwiebeln  
1 Zehe Knoblauch  
200 ml Milch  
30 g Mehl  
500 ml Gemüsefond  
2 EL Essig  
2 EL Zucker  
Butterschmalz, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für das Kartoffelpüree:*

750 g mehlig kochende Kartoffeln  
150 g Butter  
200 ml Sahne  
1 Muskatnuss  
Weißer Pfeffer, zum Abschmecken  
Salz, aus der Mühle

#### *Für den Gurkensalat:*

1 Gurke  
1 Zwiebel  
1 Zitrone  
150 g Crème fraîche  
3 Zweige Dill  
2 EL Pflanzenöl  
2 EL Zucker  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Für das Kartoffelpüree Kartoffeln waschen, schälen und in heißem Wasser kochen.

Für die Kalbsnierchen die Nierchen putzen und klein schneiden. Zwiebeln abziehen und fein hacken. Knoblauch abziehen und auspressen. Butterschmalz in eine Pfanne geben und erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch, Milch und Nierchen dazugeben und anbraten. Mehl und Fond vermengen und Masse über Zwiebeln, Knoblauch, Milch und Nierchen in die Pfanne geben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.

Kartoffeln abgießen, Butter und Sahne hinzugeben und pürieren. Mit Muskat abschmecken.

Für den Gurkensalat die Gurke waschen, trocken tupfen, fein raspeln und in eine Schüssel geben.



Zwiebel abziehen und fein hacken. Zitrone halbieren, auspressen und den Saft mit Zwiebel, Zucker, Öl, Essig, Dill waschen und hacken. Salz und Pfeffer in eine Schüssel mit Crème fraîche geben und vermengen. Anschließend diese Masse unter die Gurken heben.

Süßsaure-Kalbsnierchen mit Kartoffelpüree und Gurkensalat auf Tellern anrichten und servieren.



## **Leibgericht: „Zanderfilet auf Meerrettich-Wirsing mit gebratenen Frühkartoffeln“ von Johannes Reichardt**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für den Zander:*

1	Zanderfilet à 250 g mit Haut
2 EL	doppelgriffiges Mehl
100 g	Butter
1 Zweig	Petersilie
2 Zweige	Estragon
1 Zweig	Dill
1 EL	mildes Olivenöl, zum Braten
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für den Meerrettich-Wirsing:*

½ Kopf	Wirsing
¼	Limette
¼	Zitrone
200 ml	Schlagsahne
1 EL	Sahne-Meerrettich, aus dem Glas
1	Muskatnuss, zum Reiben
	Chilisalز
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Kartoffeln:*

200 g	festkochende Frühkartoffeln
1 cm	Ingwer
¼	Limette
¼	Zitrone
1 EL	Butterschmalz, zum Braten
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

In zwei Töpfen gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Für den Zander Fischfilet unter kaltem Wasser abwaschen und trocken tupfen. Hautseite mit doppelgriffigem Mehl mehlieren. Olivenöl mit einem Pinsel in der Pfanne verteilen und erhitzen. Zander auf der Hautseite in die Pfanne legen und langsam anbraten. Nach etwa vier Minuten die Pfanne vom Herd ziehen und Zander in der Resthitze garen lassen. Salzen und Pfefferen.

Für die Kräuterbutter Petersilie, Dill, Estragon und Knoblauch abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und mit der Butter, Salz und Pfeffer vermengen. Butter bis zum Servieren kühl stellen.



Für die Kartoffeln Frühkartoffeln abbürsten und in Salzwasser garen. Nach Ende der Garzeit abschütten und Kartoffeln halbieren. Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen. Ingwer waschen, in Scheiben schneiden. Mit einem Zestenreißer Zitronen- und Limettenschale abreiben und den Abrieb mit den Ingwerscheiben dazugeben. Kartoffeln auf der Schnittseite dazugeben und knusprig anbraten.

Für den Wirsing Kohl in einzelne Blätter zerteilen, mit kaltem Wasser abwaschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Dann die Blattrippen entfernen und Wirsingblätter drei Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren. Abschöpfen und das restliche Wasser mit den Händen behutsam ausdrücken. Wirsing in eine Pfanne geben, Sahne zuschütten und beides aufkochen lassen. Meerrettich dazugeben. Limetten- und Zitronenschale mit einem Zestenreißer abreiben und ebenfalls hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer und Chilisalz würzen, mit Muskatnuss abschmecken.

Zander mit Kräuterbutter, Meerrettich-Wirsing und Frühkartoffeln anrichten und servieren