

| Die Küchenschlacht - Menü am 02. Mai 2016 |  
„Leibgerichte“ mit Nelson Müller



**Leibgericht: „Königsberger Klopse mit Salzkartoffeln und gemischtem Salat“  
von Klaus Badorek**

**Zutaten für zwei Personen**

*Für die Königsberger Klopse:*

2	Scheiben Toastbrot, ohne Rinde
400 g	Hackfleisch vom Kalb
2 Scheiben	dänischer Frühstücksspeck
2 kleine	Schalotten
1 kleine	Zwiebel
½	Bio-Zitrone, davon den Abrieb und 2 EL Saft
2	Sardellenfilets, eingelegt in Salzlake
20 g	Kapern, aus dem Glas
150 ml	Kalbsfond
150 ml	trockener Weißwein
125 ml	Schlagsahne
80 ml	Milch
1 EL	Mehl
1	Ei
100 g	Butter
2 Stängel	glatte Petersilie
1	Nelke
½	Lorbeerblatt
	Muskatnuss, zum Reiben
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für die Salzkartoffeln:*

400 g	festkochende Kartoffeln
2 Stängel	glatte Petersilie
	Salz, aus der Mühle

*Für den Salat:*

400 g	Mischsalat
1 kleine	Zwiebel
1	Limette
1	Ei
3 EL	Sonnenblumenöl
1 EL	Weißweinessig
1 Prise	Zucker
1 TL	mittelscharfer Senf
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle



### **Zubereitung:**

In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Für die Königsberger Klopse Toast zerkleinern und in warmem Wasser einweichen. Schalotten abziehen und fein würfeln. Petersilie abrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und klein schneiden. 10 g Butter schmelzen, Schalotten darin andünsten. Dann kalt stellen und Petersilie unterrühren. Speck fein würfeln und ohne Fett anbraten. Sardellen klein schneiden. Toastbrot ausdrücken und gemeinsam mit Sardellen und Hackfleisch unter die Butter-Mischung heben. Ei aufschlagen und ebenfalls mit der Masse vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen, dann Klopse formen. Zwiebel abziehen. Kalbsfond mit einem Liter Wasser, Weißwein, Zwiebel, Nelke und Lorbeerblatt aufkochen. Klopse in die Flüssigkeit legen und bei geringer Temperatur circa 20 Minuten ziehen lassen. Dann Klopse aus dem Sud nehmen.

Für die Sauce restliche Butter zerlassen, Mehl unterrühren und anschwitzen. Sahne und Milch zugeben. 300 ml des Klops-Suds zugeben, unterrühren, Kapern und Klopse hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Zitronensaft und –abrieb und Muskatnuss abschmecken.

Für den Salat Blätter abzupfen, waschen, trocken schleudern und zerkleinern. Zwiebel abziehen und klein würfeln. Limette auspressen. Ei trennen. Für das Dressing Öl, Essig, Eigelb, Senf, Salz, Pfeffer, Zucker und Limettensaft verquirlen und mit Zwiebeln und Salat vermengen.

Für die Salzkartoffeln Kartoffeln schälen, in Spalten schneiden und im Salzwasser gar kochen. Petersilie abrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und klein schneiden. Kartoffeln abgießen und mit Petersilie vermengen.

Königsberger Klopse mit Salzkartoffeln und gemischtem Salat anrichten und servieren.



## **Leibgericht: „Rinderfilet mit selbstgemachten Kartoffel-Schupfnudeln und asiatischem Wok-Gemüse“ von Rebecca Heinrich**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für das Rinderfilet:*

2	Rinderfilets à 200g
1 TL	edelsüßes Paprikapulver
1 EL	Olivenöl, zum Braten
1 EL	Butter, zum Braten
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Schupfnudeln:*

250 g	mehlig kochende Kartoffeln
30 g	Hartweizengrieß
40 g	Mehl
2 EL	Speisestärke
20 g	Butter
1	Ei, davon das Eigelb
	Muskatnuss, zum Reiben
	Neutrales Pflanzenöl, zum Braten
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für das Wok-Gemüse:*

1 rote	Paprikaschote
1 gelbe	Paprikaschote
1 kleine	Zucchini
1 Stk.	Ingwer
8	Mini-Maiskolben
2	Lauchzwiebeln
1 Zehe	Knoblauch
25 g	Sojasprossen
25 g	Cashewkerne
50 ml	Gemüsefond
2 EL	Sweet Chili Sauce
2 EL	Sojasauce
2 EL	Reisessig
1 TL	Madras-Currypulver
2 EL	Sesamöl, zum Braten
	Salz, aus der Mühle

### **Zubereitung:**

In zwei Töpfen gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.



Für die Schupfnudeln Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser 20 Minuten gar kochen. Anschließend durch eine Presse in eine Schüssel drücken. Ei trennen. Grieß, Stärke, Mehl, Eigelb und Butter zu den Kartoffeln geben und mit einem Handrührgerät vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Muskatnuss verfeinern. Die Hände mit Mehl bestäuben und aus dem Teig längliche Kartoffelnudeln formen. Schupfnudeln ins siedende Wasser geben, Topf vom Herd nehmen und die Schupfnudeln so lange ziehen lassen, bis sie an der Wasseroberfläche schwimmen. Abschöpfen und in kaltem Wasser abschrecken. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schupfnudeln darin goldbraun anbraten.

Für das Rinderfilet Fleisch abwaschen, trocken tupfen und mit Salz, Paprikapulver und Pfeffer würzen. Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen und Rinderfilet von allen Seiten anbraten. Fleisch in den Ofen geben und so lange garen, bis es eine Kerntemperatur von 55 – 58 °C erreicht hat.

Für das Gemüse Lauchzwiebeln putzen, waschen und in Stücke schneiden. Paprikaschoten waschen, halbieren, entkernen und in dünne Streifen schneiden. Maiskolben waschen, trocken tupfen und der Länge nach halbieren. Zucchini waschen, trocken tupfen und in Scheiben schneiden. Sojasprossen waschen und trocken tupfen. Ingwer schälen und klein hacken. Knoblauch abziehen und fein hacken. Sesamöl im Wok erhitzen. Knoblauch und Ingwer andünsten. Restliches Gemüse hinzufügen, unter regelmäßigem Wenden 7 Minuten braten, mit Salz und Currypulver würzen. Fond, Essig und Sojasauce dazu geben. Wok vom Herd nehmen und Sweet Chilisaucen untermischen. In einer weiteren Pfanne Cashewnüsse anrösten und am Schluss zu dem Gemüse geben.

Rinderfilet mit selbstgemachten Kartoffel-Schupfnudeln und asiatischem Wok-Gemüse anrichten und servieren.



## **Leibgericht: „Schollenfilet "Finkenwerder Art" mit Petersilienkartoffeln und Lauchgemüse“ von Thomas Wüst**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für das Schollenfilet:*

2	Schollenfilets à 150 g, küchenfertig, ohne Haut
100 g	Nordseekrabben, küchenfertig
50 g	durchwachsener Speck
1	Zwiebel
1	Zitrone
1	Ei
50 g	Semmelbrösel
50 g	Mehl
2 EL	Butterschmalz, zum Braten
	Rapsöl, zum Braten
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Kartoffeln:*

400 g	festkochende Kartoffeln
1 Bund	glatte Petersilie
	Salz, aus der Mühle

#### *Für das Lauchgemüse:*

1 Stange	Lauch
	Muskatnuss, zum Reiben
	Rapsöl, zum Braten
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung:**

In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Für die Petersilienkartoffeln Kartoffeln schälen, waschen und in gesalzenem Wasser gar kochen. Danach abschütten und salzen.

Für den Fisch Schollenfilet waschen und trocken tupfen. Nordseekrabben waschen und trocken tupfen. Zitrone halbieren, eine Hälfte auspressen, die andere in Spalten schneiden und beiseitelegen. Fisch mit Zitronensaft beträufeln und 5-8 Minuten ziehen lassen. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Rapsöl erhitzen, Zwiebeln und Speck darin anbraten. Fisch pfeffern, salzen und mehlieren. Ei aufschlagen und in einer flachen Schale verquirlen. Mehlierten Fisch zunächst im Ei, dann in Semmelbröseln panieren. Butterschmalz in der Pfanne erhitzen, in der zuvor Speck und Zwiebeln angebraten wurden. Fisch darin von beiden Seiten goldbraun anbraten. Speck und Zwiebeln dazugeben. Am Schluss die Nordseekrabben hinzufügen und leicht erwärmen.

Für das Lauchgemüse Lauch waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. In einer Pfanne Rapsöl erhitzen, darin den Lauch anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Muskatnuss abschmecken.



Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Kartoffeln damit bestreuen.

Schollenfilet "Finkenwerder Art" mit Petersilienkartoffeln und Lauchgemüse auf Tellern anrichten und servieren.



## **Leibgericht: „Grillteller mit Bratkartoffeln und Gurkensalat“ von Gundi Boehlke**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für den Grillteller:*

- 2 Schweinefilets à 150 g
- 2 Rinderfilets à 150 g
- 250 g Tatar vom Rind
- 4 Scheiben Bacon
- 1 Schalotte
- 1 orange Paprika
- 1 Ei
- 1 Prise Kräutersalz
- 1 Prise edelsüßes Paprikapulver
- 1 Prise Knoblauchpulver
- Butterschmalz, zum Braten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Bratkartoffeln:*

- 4 große festkochende Kartoffeln
- 150 g Speckwürfel
- 1 Zwiebel
- 1 Prise Kräutersalz
- Butterschmalz, zum Braten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für den Gurkensalat:*

- 1 Salatgurke
- 1 Zitrone
- 200 g Vollmilchjoghurt
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 1 EL Weißweinessig
- 1 Bund gemischte frische Kräuter
- 1 Prise Zucker
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung:**

Backofen auf 90 Grad Umluft vorheizen.

Für den Grillteller Schweinefilet und Rinderfilet waschen und trocken tupfen. Schweinefilet mit Salz und Pfeffer würzen und mit Bacon umwickeln. Rinderfilet und ummanteltes Schweinefilet in Butterschmalz braten. Rinderfilet würzen, danach beides in Alufolie wickeln und bei 90 Grad im Backofen gar ziehen lassen. Paprika waschen, entkernen, in Spalten schneiden und in dem verbliebenen Fett in der Pfanne anbraten. Schalotte abziehen und fein hacken. Ei aufschlagen, mit



Tatar vermengen. Schalotte, Kräutersalz, Knoblauch- und Paprikapulver hinzugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und eine Frikadelle formen. In Butterschmalz braten.

Für die Bratkartoffeln Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und fein hacken. In einer Pfanne Butterschmalz zerlassen, Speck und Zwiebeln darin anbraten, dann Kartoffeln dazugeben und goldbraun rösten. Mit Salz, Pfeffer und Kräutersalz würzen.

Für den Gurkensalat Gurke schälen, halbieren, Kerngehäuse entfernen. Gurkenhälften in Scheiben schneiden. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Kräuter abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Joghurt mit Zitronensaft, Kräutern, Essig, Öl, Zucker, Salz und Pfeffer zu einem Dressing verquirlen und mit der Gurke vermengen.

Schweinefilet, Rinderfilet und Tatar-Frikadelle mit Paprika, Bratkartoffeln und Gurkensalat anrichten und servieren.



## **Leibgericht: „Zwiebelrostbraten mit selbstgemachten Spätzle und Bratensauce“ von Heiko Diehl**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für den Zwiebelrostbraten:*

2	Rumpsteaks à 230 g
2	Zwiebeln
1 Zehe	Knoblauch
1 EL	Mehl
2 EL	Butter
1 Zweig	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
2 TL	edelsüßes Paprikapulver
1 EL	Neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
	Öl, zum Frittieren
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Spätzle:*

170 g	Mehl
30 g	Semmelbrösel
2	Eier
70 ml	Wasser
1	Muskatnuss, zum Reiben
4 EL	Butter, zum Braten
	Salz, aus der Mühle

#### *Für die Sauce:*

1	Zwiebel
1 Zehe	Knoblauch
1 EL	Butter
5 g	Speisestärke
2 EL	Puderzucker
300 ml	halbtrockener Rotwein
250 ml	Rinderfond
1 TL	Tomatenmark
1 TL	mittelscharfer Senf
2	Lorbeerblätter
5	Pimentkörner
5	Wacholderbeeren
5	schwarze Pfefferkörner
	Salz, aus der Mühle

### **Zubereitung:**

Ofen auf 60 Grad Ober/Unterhitze vorheizen.

Öl in die Fritteuse geben und auf 170 Grad erhitzen.



Wasser in einen Topf geben und erhitzen.

Für die Spätzle Eier mit Mehl, 70 ml Wasser und Salz zu einem glatten Teig verrühren. Mit Muskatnuss abschmecken. Spätzle ins kochende Salzwasser geben und einmal aufkochen lassen, dann abschöpfen und kalt abschrecken. Butter in einer Pfanne schmelzen, Spätzle durchschwenken. Semmelbrösel mit Butter in eine Pfanne geben, anrösten und auf den Spätzle verteilen.

Für den Rostbraten Fleisch waschen und trocken tupfen. An den Fetträndern einschneiden, in eine Pfanne mit Öl geben und von jeder Seite kurz scharf anbraten. Thymian und Rosmarin waschen, feinhacken. Knoblauch abziehen, feinhacken und alles mit in die Pfanne zu dem Braten geben. Butter dazugeben und das Fleisch damit mehrmals übergießen. Anschließend Fleisch aus der Pfanne auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Ofen ruhen lassen. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen.

Zwiebeln abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Mit Mehl und Paprikapulver vermischen und in der Fritteuse ausbacken.

Für die Sauce Zwiebel abziehen, kleinschneiden und im Bratenrückstand anrösten. Puderzucker dazugeben und hell karamellisieren lassen. Tomatenmark hinzufügen und mit dem Rotwein ablöschen. Sirupartig einkochen lassen und mit Fond aufgießen. Kurz einkochen lassen. Wacholderbeeren, Pfefferkörner und Pimentkörner in einem Mörser zerstoßen. Gewürze, Lorbeerblätter und Senf in die Sauce geben und durchziehen lassen. Knoblauchzehe abziehen, halbieren und dazugeben. Sauce durchsieben. Stärke in Wasser lösen und zur Sauce geben. Butter dazugeben.

Fleisch mit frittierten Zwiebeln, selbstgemachten Spätzle und Bratensauce auf Tellern anrichten und servieren.



**Leibgericht: „Risotto mit gebratenen Champignons und Kräuterseitlingen, Parmesan-Crunch und Puntarelle mit Sardellen-Dressing“ von Tamara Frey**

**Zutaten für zwei Personen**

*Für das Risotto:*

180 g Risotto-Reis  
1 Markknochen vom Rind  
1 Speisezwiebel  
700 ml Geflügelfond  
100 ml Schlagsahne  
100 ml trockener Weißwein  
100 g frisch geriebener Parmesan  
3 EL Butterschmalz  
Fleur de Sel, zum Nachwürzen  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für die Pilze:*

2 Scheiben Lardo  
100 g weiße Champignons  
100 g Kräuterseitlinge  
1 Schalotte  
2 Stangen Frühlingslauch  
50 ml Kalbsjus  
1 Bund Thymian  
Einige Thymianblüten, zum Garnieren  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

*Für den Parmesan-Crunch:*

50 g Parmesan  
1 Prise Kaffeepulver

*Für den Salat:*

3 Sardellenfilets (aus dem Glas)  
1 Kopf Puntarelle  
1 Zitrone  
150 ml Olivenöl  
75 ml weißer Balsamico  
2 TL flüssiger Blütenhonig  
½ Bund frische Minze  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Zubereitung:**

Backofen auf 220 Grad Oberhitze vorheizen.



Für das Risotto Markknochen in eiskaltes Wasser geben, dann aus dem Wasser nehmen und das Mark herausdrücken. Mark klein würfeln. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Geflügelfond erhitzen. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen. Markwürfel und Zwiebeln darin anschwitzen. Reis dazu geben und ebenfalls anschwitzen, bis er hell und durchscheinend ist. Weißwein aufgießen,iterrühren. Sobald der Wein verkocht ist, Fond aufgießen. Stetsiterrühren und nachgießen, bis der Reis bissfest gegart ist. Parmesaniterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz vor dem Anrichten Sahne unter das Risotto rühren.

Für die Pilze Champignons und Kräuterseitlinge putzen und in gleichmäßige Scheiben schneiden. Frühlingslauch ebenfalls putzen und klein schneiden. Schalotte abziehen und fein würfeln. Lardo in einer Pfanne auslassen. Pilze und Schalotte dazugeben, danach Frühlingslauch hinzufügen. Alles kross anbraten. Kalbsjus hinzufügen und einkochen lassen. Thymian abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und ebenfalls dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Parmesan-Crunch Parmesan fein reiben und mit dem Kaffeepulver mischen. In kleinen Häufchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und 5 Minuten backen. Auskühlen lassen.

Für den Salat Puntarelle putzen, waschen und trocken schleudern. Blätter in feine Streifen schneiden. Zitrone pressen und Schale abreiben. Zitronenschale und -abrieb mit Olivenöl, Balsamico und Honig zu einem Dressing verrühren. Sardellenfilets zerdrücken und ebenfalls beigeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Minze abbrausen, trockenwedeln und klein schneiden. Puntarelle und Minze mit dem Dressing vermengen.

Vor dem Servieren eine Prise Fleur de Sel auf den Risotto und Thymianblüten auf die Pilze geben.

Risotto mit gebratenen Champignons und Kräuterseitlingen, Parmesan-Crunch und Puntarelle mit Sardellen-Dressing anrichten und servieren.