

| Die Küchenschlacht - Menü am 20. September 2016 | *Vorspeisen mit Johann Lafer*



Vorspeise: „Zucchini-Puffer mit Ziegenkäse, Oliven und Salatbett“ von Kai Mrosek

Zutaten für zwei Personen

Für die Zucchini-Pufferchen:

1 Zucchini
1 Ei
100 g Ziegenfrischkäse
1 Zweig Rosmarin
25 g Parmesan
1 EL Mehl
1 EL Butterschmalz
1 TL gemahlene Koriandersamen
0,5 Bund Dill
Salz, zum Einreiben

Für das Salatbett:

10 schwarze Oliven, ohne Stein
½ Kopf Lollo
½ Kopf Lollo Bianco
½ Kopf Endiviensalat
2 EL Pinienkerne
2 Frühlingszwiebeln
50 g Himbeeren

Für das Dressing:

4 Himbeeren
2 EL mildes Olivenöl
1 Zitrone
1 Prise Zucker
Salz
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Zucchini grob reiben und salzen, damit die Zucchini Wasser ziehen. Zucchini nach fünf Minuten über einem Sieb gut ausdrücken.

Parmesan reiben. Ei trennen. Rosmarin abbrausen, trocken wedeln und fein hacken. Parmesan, Eigelb, Rosmarin und Mehl miteinander vermengen. Zucchini unter den Teig heben. Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen und den Teig mit Hilfe eines Eszlöffels als kleine Pufferchen ausbacken. Anschließend auf ein Küchentuch legen, damit das überschüssige Fett aufgenommen wird. Ziegenfrischkäse mit Koriandersamen würzen und auf die Zucchini-Pufferchen geben.



Die Salate waschen, trocken schleudern und in mundgerechte Stücke schneiden.

Frühlingszwiebeln abziehen und klein schneiden. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl rösten.

Zitrone halbieren und auspressen. Aus Himbeeren, Öl, einem Esslöffel Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zucker eine Vinaigrette mit dem Pürierstab erstellen.

Salat auf Tellern anrichten, mit Frühlingszwiebeln, einigen Himbeeren und Pinienkernen bestreuen und mit dem Dressing und Oliven garnieren. Zucchiniwürfelchen mit Ziegenkäsecreme daneben geben und servieren. Dill klein hacken und darüber streuen.



Vorspeise: „Quiche Lorraine mit buntem Salat“ von Ivonne Jobs

Für den Teig:

100 g	Mehl
50 g	weiche Butter
25 ml	Wasser
1 Prise	Salz
	Butter, zum Einfetten

Für den Belag:

1	Ei
100 g	Saure Sahne
100 g	Gouda
1	Zwiebel
100 g	gewürfelter Speck
1	Muskatnuss
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
	Salz, aus der Mühle

Für den Salat:

1	Endiviensalat
1	Lollo Rosso
2	Roma-Tomaten
2 EL	Sonnenblumenkerne

Für das Dressing:

1 EL	Essigessenz
3 EL	Wasser
4 EL	Sonnenblumenöl
1	Zitrone
2 TL	Senf
1 TL	Honig
2 Zweige	Dill
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
	Salz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Ofen auf 180 Grad Unter-/Oberhitze vorheizen.

Für die Quiche Mehl mit Butter, Wasser und Salz vermischen und zu einem glatten Teig verarbeiten. Die Förmchen mit Butter ausstreichen und die Form mit dem Teig bis zum Rand auslegen.

Für die Füllung saure Sahne mit dem Ei verquirlen. Gouda reiben und unterrühren. Eine halbe Zwiebel abziehen, würfeln und zusammen mit den und Speckwürfel unterheben. Mit Pfeffer, Salz und Muskat abschmecken. Masse auf den Teig geben und für 20 bis 25 Minuten backen.

Endiviensalat und Lollo Rosso waschen, trocken schleudern und in mundgerechte Stücke teilen. Tomaten vierteln. Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Dill klein schneiden.



Eine Vinaigrette aus Essig, Öl, Senf, Honig, Wasser, zwei Teelöffel Dill und einem Esslöffel Zitronensaft anrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Öl anrösten.

Quiche Lorraine auf Tellern anrichten. Salat daneben geben, mit Sonnenblumenkernen garnieren und servieren.



Vorspeise: „Rote-Rübe-Carpaccio mit Ziegenkäsecreme, knusprigem Parmaschinken und Rucola mit Honig-Senf-Thymian-Dressing“ von Rene Ettl

Zutaten für zwei Personen

Für das Carpaccio:

5 eingelegte Rote Bete, aus dem Glas, mit Saft
2 EL Kapern
1 Stück Meerrettich
20 ml Olivenöl
3-4 EL Honig
3-4EL Balsamicoessig
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Ziegenkäsecreme:

200 g Ziegenkäse
2 EL Honig
100 ml Schlagsahne
2 EL gehackte Walnüsse
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Salat mit Dressing:

100 g Rucola
6 EL Olivenöl
3 EL Senf
2 EL Honig
2 Zweige Thymian
1 Zitrone
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Parmaschinken:

6 Scheiben Parmaschinken

Für die Garnitur:

20 g Walnüsse
10 Kapern

Zubereitung

Für das Carpaccio den Rote-Bete-Saft um die Hälfte in einem Topf einkochen. Den Saft mit Salz, Pfeffer, Essig und Honig abschmecken. Rote Bete in Scheiben schneiden und auf Küchenpapier legen und abtupfen, anschließend auf Teller legen und den eingedickten Saft über die Scheiben gießen. Etwas Saft für den Rucola beiseite stellen.



Für die Ziegenkäsecreme die Sahne aufschlagen. Ziegenkäse mit Honig glatt rühren, die Walnüsse und Sahne unterheben, anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. In den Spritzsack füllen.

Für den Rucola die Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Rucola waschen und trocken schleudern. Olivenöl, Senf, Honig und einen Esslöffel Zitronensaft zu einem homogenen Dressing verrühren. Thymianblättchen von den Zweigen zupfen und ebenfalls in das Dressing geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Parmaschinkenscheiben in einer beschichteten Pfanne ohne Fett kross braten.

Meerrettich schälen und grob reiben.

Die Ziegenkäsecreme auf das Carpaccio spritzen. Den Rucola mit dem Dressing mischen und in die Mitte auf die Rote Bete legen. Mit ein paar Tropfen Olivenöl beträufeln. Mit Parmaschinkenscheiben, Kapern, Walnüsse und Meerrettich garnieren und servieren.



Vorspeise: „Caponata siciliana mit gegrilltem Saibling“ von Ingrid Mittica

Zutaten für zwei Personen

Für die Caponata:

1	Aubergine
1	rote Paprika
1	gelbe Paprika
1	Tomate
1	rote Zwiebel
50 g	Rosinen
2 EL	Kapern im Salz
100 g	schwarze Oliven
1 EL	Zucker
1 EL	Weißweinessig
75 g	Pinienkerne
½ Bund	Basilikum
40 ml	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Saibling:

2	Saiblingsfilets mit Haut à 130 g
3 EL	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Für die Caponata die Rosinen in heißem Wasser einweichen. Die Kapern fünf Minuten wässern. Aubergine fein würfeln. Paprika vierteln, von Kerngehäuse und Scheidewänden befreien und fein schneiden. Tomate waschen, von den Kernen befreien und ebenfalls fein schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl goldgelb rösten.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Aubergine darin circa drei Minuten kräftig anbraten. Paprika hinzufügen und kurz mitrösten. In einer weiteren Pfanne Zwiebeln und Tomaten aufsetzen und etwa acht Minuten dünsten.

Für den Fisch die Saiblingsfilets waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Grillpfanne stark erhitzen und den Fisch darin mit wenig Öl kross von beiden Seiten anbraten.

Oliven entsteinen und mit Rosinen, Kapern, dem Gemüse und Zucker vermengen. Mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. Basilikum abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und unterheben.

Die Caponata siciliana mit gegrilltem Saibling auf Tellern anrichten und servieren.



Vorspeise: „Tomaten-Kokos-Suppe mit Garnelen und selbstgemachtem Knoblauch-Brot“ von Benjamin Pluskwik

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe:

8	Scampi, entdarnt und ohne Schale
2	Zwiebeln
2 Zehen	Knoblauch
1 Stück	Ingwer, walnussgroßes
60 g	Butter
2 Stiele	Dill
2 Stiele	Petersilie
2 Stiele	Schnittlauch
1 TL	Currypulver
450 ml	Tomaten, in Stücken, aus der Dose
400 ml	Kokosmilch
250 ml	Geflügelfond
1	Zitrone
½ TL	Sambal Oelek
1 Stiel	Koriandergrün
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Knoblauchbrot:

75 g	Weizenmehl, Type 405
175 g	Mineralwasser
200 g	Mozzarella, gehackt
3 g	Salz
3 Zehen	Knoblauch
	Olivenöl, zum Einreiben

Zubereitung

Ofen auf 220 Grad Umluft vorheizen.

Für die Suppe Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer schälen und fein würfeln. Butter einem Topf auslassen. Zwiebel-, Knoblauch- und Ingwerwürfel bei mäßiger Hitze darin andünsten. Mit Curry bestäuben und kurz mit anschwitzen. Dill, Petersilie und Schnittlauch klein hacken. Mit Tomaten, Kokosmilch und Fond ablöschen, Kräutern, Salz und Pfeffer abschmecken. Bei mittlerer Hitze 10 bis 15 Minuten köcheln lassen. Etwas Schale der Zitrone abreiben, anschließend Zitrone halbieren und auspressen. Die Suppe pürieren und mit dem Sambal Oelek, Zitronensaft und Abrieb abschmecken.

Für das Knoblauchbrot Mehl, Wasser, Mozzarella, Olivenöl und Salz miteinander vermischen, bis ein Teig entsteht. Ein Backblech mit etwas Öl einreiben. Knoblauch abziehen, klein hacken, mit dem Teig vermischen und auf das Blech geben. Einige Tropfen Olivenöl darauf verteilen und für 25 Minuten backen.



Scampi waschen, trocken tupfen und etwa vier Minuten in der Suppe ziehen lassen, nicht kochen. Anschließend die Scampi auf Spieße spießen.

Tomaten-Kokos-Suppe in tiefen Tellern anrichten, Scampispieße darüberlegen und mit selbstgemachtem Knoblauchbrot servieren. Mit Koriander garnieren.