▪ Die Küchenschlacht – Menü am 26. September 2022 ▪
Leibgericht mit Alfons Schuhbeck



Lars Kissmann

Lammrücken mit Semmelbrösel-Topping, Ofentomaten und Drillingen mit Basilikumpesto

Zutaten für zwei Personen

Für die Drillinge mit Pesto:
400 g Drillinge
100 g Parmesan,12 Monate alt
2 Bund Basilikum
50 g Pinienkerne
300 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Einen Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen, einen zweiten Ofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Wasser im Topf erhitzen, Salz dazugeben und die Kartoffeln in kochendem Wasser gar kochen, danach abgießen.

Parmesan hobeln, Basilikum zupfen und mit den Pinienkernen in den Mixer geben. 1 TL Pinienkerne für die Garnitur aufbewahren. Das Öl nach und nach inn den Mixer dazugeben. Übrigen Parmesan zur Seite legen. Das Pesto und die Kartoffeln in eine Pfanne geben und kurz schwenken.

Die übrigen Pinienkerne in einer Pfanne rösten und vor dem Anrichten über das Gericht streuen.

Für den Lammrücken mit Topping:
2 Lammlachse, à 150 g
40 g getrocknete Tomaten in Öl
80 g Butter
75 g Semmelbrösel
1 Zweig Rosmarin

30 g Butter in einer Pfanne erhitzen. Getrocknete Tomaten fein hacken und mit Semmelbrösel in der Pfanne rösten.

Eine zweite Pfanne mit übriger Butter erhitzen, Rosmarin dazugeben und Lammlachse 1 bis 2 Minuten von jeder Seite darin scharf anbraten.

Die Semmelbrösel-Mischung als Topping auf dem Fleisch verteilen und im vorgeheizten Ofen bei 80 Grad für 6 bis 8 Minuten in den Ofen geben.

Für die Ofentomaten:
250 g Kirschtomaten
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kirschtomaten am Stängel lassen, einschneiden und mit Öl, Salz und Pfeffer marinieren. Bei 120 Grad für 10 Minuten in den Ofen geben.

Vor dem Servieren mit übrigem Parmesan (s.o.) bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Waltraud Aigner

Wiener Schnitzel mit Petersilienkartoffeln, Gurkensalat und Preiselbeerkompott

Zutaten für zwei Personen

Für das Wiener Schnitzel:
2 Kalbsschnitzel von der Oberschale à 120 g
1 Zitrone
2 Eier
100 g Butterschmalz
25 g Mehl
75 g Semmelbrösel
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kalbsschnitzel waschen, trockentupfen und mit Hilfe eines Gefrierbeutels plattieren. Mit Wasser beide Seiten benetzen, anschließend salzen und pfeffern. Eine Panierstraße aus Mehl, verquirlten Eiern und Semmelbrösel aufstellen und die Schnitzel darin nacheinenander wälzen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und panierten Schnitzel darin goldgelb backen. Danach auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Für die Garnitur eine Zitronenspalte schneiden.

Für die Petersilienkartoffeln:
4 festkochende Kartoffel
4 Zweige Petersilie
1 EL Butter
Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, vierteln und in einem Topf mit Salzwasser weichkochen. Anschließend abgießen. Butter in einer Pfanne zergehen lassen und gekochte Kartoffeln darin schwenken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Zu den Kartoffeln geben und mit Salz würzen.

Für den Gurkensalat:
1 Gurke
1 kleine rote Zwiebel
½ Bund Dill
1-2 EL Apfelessig
1 EL weißer Balsamico
5 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gurke schälen und in feine Scheiben hobeln. Kräftig salzen und eine Weile ziehen lassen, danach ausdrücken. Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden. Dill abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und mit der Gurke mischen. Pfeffer, Apfelessig, weißen Balsamico und Olivenöl dazugeben und gut vermengen.

Für das Preiselbeerkompott:
250 g Preiselbeeren
1 Zitrone
100 ml Rotwein
125 g Zucker

Preiselbeeren waschen. 100 ml Wasser und Rotwein in einem Topf erhitzen und Preiselbeeren mit dem Zucker dazugeben. Ein Stück Zitronenschale hinzufügen, alles gut durchrühren und ca. 20 Minuten köcheln lassen. Zum Schluss die Zitronenschale wieder entfernen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Nils Haubrich

Tagliatelle mit Pfifferlingen und Rote-Bete-Carpaccio mit Zucchini

Zutaten für zwei Personen

Für die Tagliatelle:
3 große Eier
150 g Weizenmehl
150 g Hartweizengrieß
1 EL Olivenöl
Mehl, für die Arbeitsfläche
Salz, aus der Mühle

Das Mehl mit Hartweizengrieß in einer Küchenmaschine vermengen. Eier aufschlagen, mit Olivenöl zum Mehl hinzugeben und zu einem Teig verarbeiten. Falls nötig etwas Wasser zugeben. Zu einer Kugel formen, mit einem Tuch bedecken und kurz ruhen lassen. Den Teig danach mit einer Nudelmaschine zu Tagliatelle verarbeiten. Tagliatelle in einem Topf mit Salzwasser 1-2 Minuten kochen.

Für die Pfifferlinge:
200 g Pfifferlinge
1 Knoblauchzehe
1 große Speisezwiebel
1 Zitrone
250 g vegane Crème fraîche
Butter, zum Braten
150 ml Gemüsefond
100 ml trockener Riesling
1 Zweig Petersilie
Chiliflocken, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle

Pfifferlinge putzen und in Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. In einer Pfanne mit Butter andünsten. Pfifferlinge dazugeben und kurz mitanbraten. Mit Weißwein und Gemüsefond ablöschen und mit Crème fraîche und etwas ausgepresstem Zitronensaft abschmecken. Petersilie hacken und dazugeben. Mit Chiliflocken, Salz und Pfeffer würzen. Tagliatelle kurz darin schwenken.

Für das Rote-Bete-Capriccio mit Zucchini:
250 g vorgekochte Rote Bete
1 Zucchini
1 große Speisezwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone
20 ml trockener Rotwein
2 EL Balsamicoessig
1 EL Balsamicocreme
3 EL Olivenöl + Olivenöl, zum Braten
Chiliflocken, zum Würzen
Zucker, zum Würzen
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rote Bete in feine Scheiben schneiden und als Carpaccio anrichten. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Aus Olivenöl, Balsamicoessig, Zwiebeln, Rotwein, 1 EL Zitronensaft und Balsamicocreme ein Dressing anrühren und mit Chiliflocken, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Dressing über Rote-Bete-Scheiben geben und für ca. 20 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen.

Knoblauch abziehen und fein würfeln. Zucchini waschen, in Scheiben schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Knoblauch zusammen in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Anschließend Zucchinischeiben auf dem Carpaccio anrichten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Cornelia Eberwein

Saiblingsfilet mit Estragonsauce, Linsen-Kürbis-Gemüse und Kartoffelstroh

Zutaten für zwei Personen

Für das Gemüse:
100 g Berglinsen
200 g Hokkaido Kürbis
1 Karotte
½ Stangensellerie
1 Schalotte
1 Orange
½ Bund Petersilie
2 EL Butter
1 TL Piment d'Espelette
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Linsen in reichlich Wasser in ca. 20 Minuten bissfest kochen.

Schalotte, Karotte und Kürbis schälen und würfeln. Sellerie putzen und ebenfalls würfeln. Eine Pfanne mit Butter erhitzen. Schalotte darin anschwitzen, Karotte, Sellerie und Kürbis dazugeben und bissfest garen. Orangenschale abreiben und die eine Hälfte filetieren, die andere Hälfte auspressen.

Mit dem Saft einer halben Orange das Gemüse ablöschen und mit Piment d'Espelette, Salz und Pfeffer würzen. Mit den gekochten Linsen vermengen. Mit gehackter Petersilie bestreuen.

Für das Saiblingsfilet:
2 Saiblingsfilets mit Haut, à 150 g
Butter, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Saiblingsfilets waschen und trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Butter in einer Pfanne erhitzen, Saiblingsfilets hineingeben und auf der Hautseite braten. Erst kurz vor Garende den Fisch wenden.

PROFI TIPP

Laut WWF sind **Saiblinge, Seesaiblinge oder Bachsaiblinge** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand September 2022):

- 1. Wahl: Europa (Aquakultur: Kreislaufanlagen)
- 1. Wahl: Island (Aquakultur: Durchflussanlagen)
- 2. Wahl: Europa (Aquakultur: Teichanlagen)

Für die Estragonsauce:
7 Zweige Estragon
1 Schalotte
50 ml Riesling
100 ml Geflügelfond
150 ml Schlagsahne
1 TL Dijonsenf
1 TL Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einem Topf erhitzen. Schalotte abziehen, würfeln und in Butter glasig andünsten. Mit Riesling ablöschen und zur Hälfte einkochen. Geflügelfond und Schlagsahne zugießen. 4 Zweige Estragon dazugeben und 10 Minuten köcheln lassen. Estragon wieder entfernen. Die Sauce mit Senf, Salz und Pfeffer würzen. Vom übrigen Estragon die Blättchen abzupfen und in die Sauce geben.

Für das Kartoffelstroh:
2 festkochende Kartoffeln
1 EL Butter
Öl, zum Frittieren
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, in sehr feine Streifen (Stroh) schneiden und in eine Schüssel geben. Butter in einer Pfanne schmelzen. Salz, Muskat und geschmolzene Butter zu den Kartoffeln geben und verrühren. Kartoffelstreifen mit einer Pinzette aufrollen und in Öl frittieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Kurt Raff

Lammkotelett mit Rotwein-Reduktion, Couscous und Erbsen-Ingwer-Püree

Zutaten für zwei Personen

Für die Lammkoteletts:
4 Lammkoteletts mit Stiel
4 Knoblauchzehen
1 Zweig Rosmarin
2 EL Olivenöl
2 EL Butter
1 Msp. Chilipulver
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lammkoteletts mit Küchenpapier trocken tupfen und mit Salz, Pfeffer und Chilipulver würzen. Knoblauch abziehen und mit Butter, Olivenöl und Rosmarin in eine Grillpfanne geben. Koteletts hinzugeben und von beiden Seiten 1 Minute anbraten. Anschließend in Alufolie einwickeln und im Backofen ca. 8-10 Minuten fertig garen, bis eine Kerntemperatur von 56 Grad erreicht ist. Danach das Fleisch 5 Minuten ruhen lassen.

Für die Rotwein-Reduktion:
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Zweig Marokkanische Minze
2 EL Butter
150 ml Rotwein
50 ml Lammfond
1 EL Balsamico-Creme
1 EL Honig
2 EL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Kurz in einer Pfanne mit Butter anschwitzen. Zucker hinzugeben und karamellisieren. Mit Rotwein ablöschen und reduzieren. Balsamico, Honig, Minze und Lammfond hinzugeben und nochmals reduzieren. Dann durch ein feines Sieb passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Erbsen-Ingwer-Püree:
150 g feine TK-Erbsen
1 kleine weiße Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone
3 cm Ingwer
50 g Crème Double
100 ml Gemüsefond
1 EL Olivenöl
1 TL Zucker
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Mit den Erbsen zusammen in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen. Ingwer schälen und fein reiben. Gemüsefond, Ingwer und Zucker hinzugeben und ca. 8 Minuten weichkochen. Erbsen durch ein Sieb abgießen und die Flüssigkeit aufbewahren. 2 EL davon zu den Erbsen geben und mit dem Mixer fein pürieren. Zitronenschale abreiben. Erbsen durch ein feines Sieb streichen und mit Crème Double, Muskat, Salz, Zitronenabrieb und Pfeffer abschmecken.

Für den Couscous:
80 g Couscous
50 g Zucchini
50 g Karotte
50 g rote Paprika
1 rote Peperoni

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Paprika und Peperoni halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien und ebenfalls fein würfeln. Karotte und Zucchini waschen und fein würfeln. Alles zusammen in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen. 120 ml Wasser hinzugeben und aufkochen lassen. Salz und Ras el Hanout hinzugeben und die Pfanne vom Herd nehmen. Couscous hinzugeben und ca. 5-8 Minuten ziehen

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
Ras el Hanout, zum Würzen
Salz, aus der Mühle

lassen und dann gut umrühren. Bei Bedarf noch ein Schuss Olivenöl dazugeben.

Für die Garnitur:
1 Zweig Rosmarin

Rosmarin als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Rosmarin garnieren und servieren.



Vanessa Koziolek

Pierogi: Polnische Teigtaschen mit Kartoffel-Quark-Füllung, Röstzwiebeln, Speck und Salbeibutter

Zutaten für zwei Personen

Für den Teig:
250 g Weizenmehl
1 Ei
1 EL Butter
Salz, aus der Mühle

Das Mehl in eine große Schüssel sieben. Ei trennen und das Eigelb mit Salz und 50 ml Wasser hinzugeben. Butter in einer Pfanne schmelzen, dazugeben und zu einem Teig verkneten. In Frischhaltefolie wickeln und kaltstellen.

Für die Kartoffel-Quark-Füllung:
350 g mehligkochende Kartoffeln
100 g braune Champignons
1 Zwiebel
1 Zitrone
250 g Twarog-Quark
50 g Butter
50 ml Weißwein
1 Bund Minze
Mehl, für die Arbeitsfläche
Muskatnuss, zum Reiben
2 TL Cayennepfeffer
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln waschen, schälen und in Stücke schneiden. In einem Topf mit Salzwasser kochen. Champignons putzen und würfeln. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Beides in einer Pfanne mit Butter anbraten und mit Weißwein ablöschen.

Kartoffeln abgießen und abkühlen lassen. Mit Twarog-Quark vermengen und durchstampfen. Champignon-Zwiebel-Mischung hinzugeben und unterrühren. Minze fein hacken und zur Masse geben. Zitrone halbieren und auspressen. Kartoffelmasse mit einer Prise Muskat, Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Cayennepfeffer abschmecken und alles gut verrühren. Pierogi-Teig auf einer bemehlten Fläche dünn ausrollen. Mit einem Ausstecher von ca. 10 cm Durchmesser Kreise aus dem Teig ausstechen. 1 TL der Füllung mittig auf den Teig geben und zu einer Teigtasche formen. In einem Topf mit kochendem Salzwasser garen, bis sie oben schwimmen. Pierogi abschöpfen und zum Abtropfen auf ein Küchenpapier legen.

Für den Speck:
200 g Speckwürfel
1 Knoblauchzehe
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin

Knoblauch abziehen und die Speckwürfel in einer Pfanne mit Knoblauch und Kräutern anbraten.

Für die Salbeibutter:
1 Zweig Salbei
100 g Butter

Butter in einem Topf schmelzen lassen, Salbeiblätter abzupfen und hinzugeben.

Für die Röstzwiebeln:
2 Schalotten
Neutrales Pflanzenöl, zum Frittieren

Schalotten abziehen und in Ringe schneiden. In einem Topf mit Öl frittieren und anschließend auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Garnitur:
1 Zweig Salbei
1 Zweig Rosmarin

Salbeiblätter abzupfen. Salbei und Rosmarin als Garnitur verwenden.

Einen Teil der Salbeibutter und der Speckwürfel auf tiefen Tellern verteilen, Pierogi darauf geben und mit dem Rest der Butter und dem Speck übergießen. Röstzwiebeln auf die Pierogis legen, mit Kräutern garnieren und servieren.