

## Die Küchenschlacht – Menü am 30. Oktober 2024 ▪ ChampionsWeek ▪ "Zwei Farben" mit Robin Pietsch



Robin Lursky

**grün & orange: Involtini medolese mit Paprikacreme, Parmesan-Koralle, Kräuter-Öl und gerösteten Pistazien**

Zutaten für zwei Personen

**Für die Involtini medolese:**

1 grüner Radicchio bianco  
2 Zwiebeln  
2 altbackene Brötchen  
50 g gehackte Mandeln  
50 g gehackte Pistazien  
200 g Grana Padano  
1 Ei  
50 g Butter  
200 ml Geflügelfond  
Olivenöl, zum Braten  
1 EL gemahlene Spinatpulver  
Muskatnuss, zum Reiben  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle  
Eiswasser

Grüne Radicchio-Blätter kurz in kochendem Wasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken.

Für die Füllung Zwiebeln abziehen, kleinhacken und mit Butter schmelzen lassen. Brötchen feinmixen. Gehackte Mandeln, gehackte Pistazien und Brötchen separat rösten und mit ein paar Kellen heißem Geflügelfond vermischen. Rühren, bis das Brot gut durchgeweicht ist. Masse etwas abkühlen lassen. Ei, geriebenen Parmesan sowie Spinatpulver, Muskatnuss, Salz und Pfeffer dazugeben und vermischen. Der Teig für die Füllung sollte weich und locker sein, und gut mit den Händen zu kleinen Nocken formbar sein. Nun Nocken formen und in heißem Wasser kochen. Danach mit dem Radicchio umwickeln und in einer Pfanne mit Öl, Butter und etwas Fond schmorren.

**Für die Paprikacreme:**

2 rote Paprikaschoten  
1 Schalotte  
2 Knoblauchzehen  
100 g Schmand  
100 ml Gemüsefond  
50 ml Weißwein  
2 EL Paprikamark  
2 EL Tomatenmark  
30 ml Karottensaft  
2 EL naturbelassene Cashewkerne  
1 TL Kurkuma  
1 TL edelsüßes Paprikapulver  
Neutrales Öl, zum Braten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte und Knoblauch abziehen. Paprika schälen und in Öl mit Schalotte und Knoblauch anbraten. Anschließend alle Zutaten im Mixer pürieren. Durch ein Haarsieb streichen.

**Für das Kräuter-Öl**

½ Bund Basilikum  
½ Bund Petersilie  
100 ml Olivenöl

Olivenöl erwärmen, Kräuter feinhacken und zufügen. Dann durch ein Sieb abseihen.

**Für die Parmesan-Koralle:** Käse reiben. 140 ml lauwarmes Wasser mit restlichen Zutaten mit einem Pürierstab zu einer dickflüssigeren Flüssigkeit mixen und in kleinen Portionen in einer heißen Pfanne erhitzen. Vorsichtig herauslösen und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

- 20 g Grana Padano
- 1 TL edelsüßes Paprikapulver
- 1 TL oranges Currypulver
- 20 g Mehl
- 100 ml neutrales Öl

**Für die Garnitur:** Pistazien hacken, rösten und über dem Gericht verteilen.

- 100 g ungesalzene Pistazien

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Olga Held**

## **grün & weiß: Pochierter Kabeljau mit Erbsenpüree, Buttermilch-Schaum, frittierter Brunnenkresse und grünem Korallen-Chip**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Fisch:**

500 g Kabeljaufilet, ohne Haut  
500 ml Vollmilch  
4 Lorbeerblätter  
1 TL Salz

Die Milch mit den Lorbeerblättern und dem Salz erhitzen, 30 Minuten bei kleiner Hitze ziehen lassen. Kabeljau in vier Portionen teilen und in der 75 Grad heißen Milch etwa 5-7 Minuten lang pochieren. Herausnehmen und mit etwas Salz würzen.

### **Für das Erbsenpüree:**

400 g TK-Erbsen  
50 ml Sahne  
½ Zitrone, Saft  
1 Prise Zucker  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Erbsen im Salzwasser kurz kochen und abgießen. Ein paar Erbsen zum Anrichten zur Seite legen und von diesen die Schale abpulen. 50 ml Wasser und die Sahne einmal aufkochen. Die restlichen Erbsen pürieren und mit der Wasser-Sahne-Mischung pürieren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Zum Schluss noch etwas Zitronensaft dazugeben. Durch ein Haarsieb streichen und bis zum Anrichten warm stellen.

### **Für den Buttermilch-Schaum:**

150 g Buttermilch  
75 g saure Sahne  
50 g Crème fraîche  
1 Prise Cayennepfeffer  
Zucker, zum Abschmecken  
1 Prise Salz

Buttermilch, saure Sahne und Crème fraîche in einen hohen Becher geben und mit dem Stabmixer aufschlagen. Mit Salz, Cayennepfeffer und Zucker abschmecken.

### **Für die frittierte Brunnenkresse:**

1 Schale Brunnenkresse  
Sonnenblumenöl, zum Frittieren  
Salz, aus der Mühle

Sonnenblumenöl erhitzen und die Brunnenkresse darin einige Minuten frittieren. Herausnehmen und mit dem Salz würzen.

### **Für den Korallen-Chip:**

Etwas grüne Farbe oder Spinatpulver  
10 g Mehl  
50 g neutrales Öl  
Salz, aus der Mühle

70 g Wasser mit restlichen Zutaten mit einem Stabmixer pürieren und in einer Pfanne ohne Öl braten bis das Wasser verdunstet ist. Nicht wenden. Auf Küchenrolle abtropfen lassen und mit etwas Salz würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist der **Kabeljau** nur bedingt zu empfehlen. Wenn er auf dem Teller landet, dann sollte er aus folgenden Fanggebieten stammen (Stand Oktober 2024):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Barentssee, Norwegische See, Spitzbergen, Bäreninsel ("Nordostarktis" - ICES 1,2), Langleinen, Stellnetze-Kiemennetze
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Island (ICES 5.a), Langleinen, Grundschieppnetze
- 2. Wahl: Nordpazifik FAO 61, 67: Beringsee (USA), Wildfang



Romy Krämer

## schwarz & weiß: Schwarze Ravioli mit Garnelenfüllung, weißem Tomatensud und schwarzem Korallen-Chip

Zutaten für zwei Personen

### Für die Korallen-Chips:

4 g Sepia-Tinte  
20 g Mehl  
120 ml Öl  
Salz, aus der Mühle

100 ml Wasser mit den restlichen Zutaten mit dem Pürierstab schaumig aufmixen. Bei mittlerer Temperatur in der Pfanne Korallenchips knusprig ausbacken. Auf einem Küchentuch das überschüssige Öl auffangen. Anschließend salzen und für die Garnitur zur Seite legen.

### Für den Teig:

1 Ei  
8 g Sepia-Tinte  
200 g Mehl, Type 00  
50 g Mehl, für die Arbeitsfläche  
1 TL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle

Aus allen Zutaten in einer Küchenmaschine einen Teig herstellen. Je nach Größe der Eier 30-50 ml Wasser zufügen. Ca. 3 Minuten kneten. In Frischhaltefolie wickeln und für 15 Minuten in den Kühlschrank geben. Anschließend sehr dünn ausrollen und Ravioli herstellen. Ravioli ca. 4 Minuten bei mittlerer Hitze in reichlich gesalzenem Wasser kochen.

### Für die Füllung:

6 Black Tiger Garnelen, geschält & entdarmt  
1 Schalotte  
1 Knoblauchzehe  
½ Zitrone, Abrieb  
10 g Parmesan  
80 g Mascarpone  
1 EL Sahne  
Olivenöl, zum Braten  
Salz, aus der Mühle  
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte und Knoblauch abziehen. Garnelen, Knoblauch und Schalotte sehr fein hacken, je nach Belieben der Konsistenz sogar pürieren. Alles in der Pfanne in reichlich Olivenöl anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. 1 EL Parmesan reiben. Parmesan, Mascarpone und Sahne unterrühren bis eine cremige Masse entsteht. Füllung mit Zitronenabrieb abschmecken. Vor dem Befüllen der Ravioli die Masse gut durchkühlen.

### Für den Tomatensud:

800 g Tomaten  
2 Schalotten  
1 Knoblauchzehe  
100 g Sahne  
100 ml Gemüsefond  
50 ml Weißwein  
¼ Bund Basilikum  
2 EL Olivenöl  
Zucker, zum Abschmecken  
Salz, aus der Mühle  
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Tomaten und Basilikum sehr fein pürieren, je nach Konsistenz etwas Gemüsefond zugeben. Alles in ein dünnes Mulltuch geben und die durchsichtige Flüssigkeit auffangen. Schalotten und Knoblauch abziehen, kleinhacken und farblos in Olivenöl anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen. Tomatenflüssigkeit hinzugeben und alles etwas einreduzieren. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Alles nochmal durch ein Sieb abseihen, um den Knoblauch und die Schalotten zu entfernen. Sahne aufschlagen und kurz vor dem Servieren unterrühren. Kurz aufmixen.

### Für die Garnitur:

Weißer Pfeffer, aus der Mühle  
Weiße Blüten

Blüten als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF sind **Garnelen** (tropische) aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand Oktober 2024):

- 1. Wahl: Vietnam, Aquakultur: Bio-Aquakultur, White Tiger Garnele (*Penaeus vannamei*) und Tiger-Garnele (*Penaeus monodon*)
- 1. Wahl: Europa, Aquakultur: Kreislaufanlagen mit Biofloc-Technologie



**Marina Engelhardt**

## **lila & rot: Lila Kartoffelpüree mit lila Möhrensalat und Rinderfiletstreifen mit Rotweinsauce**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Püree:**

300 g lila Kartoffeln  
200 g Butter  
50 ml Milch  
Muskatnuss, zum Reiben  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen und klein schneiden. In gesalzenem Wasser garkochen, abgießen und gegarte Kartoffeln durch die Kartoffelpresse drücken. Restliche Zutaten hinzufügen und fein abschmecken.

### **Für das Fleisch:**

350 g Rinderfilet, Raumtemperatur  
1 Knoblauchzehe  
40 g Butter  
2 Zweige Rosmarin  
2 Zweige Thymian  
2 Zweige Salbei  
1 EL neutrales Öl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rinderfilet von allen Seiten salzen.

In der heißen Pfanne in Öl von beiden Seiten anbraten, Butter, Knoblauch und Kräuter gleichzeitig in der Pfanne schwenken und das Fleisch immer wieder mit der aromatisierten Butter übergießen (jede Seite ca. 3 Minuten). Fleisch aus der Pfanne nehmen, in Alufolie verpacken und ca. 10 Minuten ruhen lassen. Später pfeffern.

### **Für die Sauce:**

1 Möhre  
1 Zwiebel  
1 EL Sahne  
10 g Butter  
50 g Rotwein  
300 ml heller Geflügelfond  
15 g Tomatenmark  
½ edelsüßes Paprikapulver  
Salz, aus der Mühle

Zwiebel abziehen. Möhre schälen. Beides im Multi-Zerkleinerer klein hacken und in der Butter in der Pfanne vom Rinderfilet anschwitzen. Wein, Geflügelfond, Tomatenmark, Paprikapulver und Salz zugeben, aufkochen und köcheln lassen. Sahne dazu geben und mit einem Pürierstab pürieren.

### **Für den Salat:**

300 g violette Möhren  
40 g Brombeeren  
4 Zweige Thai-Basilikum  
1 EL Weißweinessig  
1 EL Olivenöl  
½ TL Zucker  
Salz, aus der Mühle

Möhren schälen und mit Hilfe eines Spiralschneiders zu Spaghetti abdrehen. Öl, Essig, Salz und Zucker vermengen und mit Möhren verkneten. Brombeeren halbieren und unter den Salat heben. Mit Thai-Basilikum garnieren.

### **Für die Garnitur:**

Lila Kresse

Lila Kresse als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.