

| Die Küchenschlacht – Menü am 05. September 2017 |
Vorspeise mit Nelson Müller



Niclas Ramelli

Black Tiger Prawns mit Erbsen-Minz-Püree, Vanille-Kumquats und Limetten-Panko

Zutaten für zwei Personen

Für die Black Tiger Prawns:

6 Black Tiger Prawns
 2 Stiele Zitronengras
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Black Tiger Prawns längs am Rücken aufschneiden, entdarmen sowie Fühler und Kopf entfernen.

Das Zitronengras mit dem Messerrücken anschlagen. Olivenöl mit dem angeschlagenen Zitronengras in der Pfanne erhitzen. Die Garnelen von beiden Seiten scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Püree:

250 g TK-Erbsen
 ½ Zwiebel
 50 ml Gemüsefond
 1 EL Limettensaft
 2 Zweige Minze
 2 EL Butter
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebel abziehen, in kleine Würfel schneiden und anschwitzen. Aufgetaute Erbsen zufügen und etwa 3 Minuten mit anschwitzen.

Fond dazugeben und etwa 5 Minuten köcheln lassen.

Minze abbrausen, trockenwedeln und bis auf 3 Blätter für die Deko vom Stiel entfernen und kleinhacken.

Erbsen in ein Sieb geben und den Fond auffangen.

Limette, Minze und Fond zu den Erbsen geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Kumquats:

4 Kumquats
 ¼ Vanilleschote
 50 ml trockener Weißwein
 1 EL Zucker

Die Kumquats waschen und in dünne Scheiben schneiden.

In einer Kasserolle den Zucker karamellisieren lassen und mit Weißwein ablöschen. Etwa auf die Hälfte reduzieren lassen. Vanilleschote halbieren und das Mark mit dem Messerrücken herauskratzen. Sobald die Flüssigkeit eingekocht ist, das Vanillemark und die Kumquats dazugeben. Die Kasserolle von der Herdplatte nehmen und die Fruchtscheiben abgedeckt garen lassen.

Für das Limetten-Panko:

50 g Pankobrösel
 2 Limette, davon Abrieb
 1 EL Butter

Die Limetten waschen, trocknen und Schale abreiben. Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen. Panko hinzufügen und unter Wenden goldgelb anbraten. Am Schluss 2 TL Limettenabrieb unterrühren.

Das Erbsen-Minzpüree mit den Garnelen, Kumquats und Panko auf Tellern anrichten und servieren.



Elisa Dörr

Lachs-Tatar und Avocado-Salat mit Rote-Bete- und Mango-Hummus

Zutaten für zwei Personen

Für das Lachstatar:

- 1 Lachsfilet ohne Haut à 300 g
- 1 Zitrone, davon die Zesten
- 1 Stange Meerrettich à 2 cm
- 3 Zweige Dill
- 1 rote Zwiebel
- ¼ TL Chiliflocken
- 1 EL neutrales Pflanzenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Lachs waschen, trockentupfen und fein würfeln. Zitrone waschen, trocknen und einige Zesten von der Schale reißen. Meerrettich schälen und fein reiben. Dill abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Den Lachs in einer Schüssel mit den Zitronenzesten, geriebenen Meerrettich, Dill, gewürfelten Zwiebel, Öl und den Chiliflocken mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Salat:

- 1 Avocado
- 1 rote Zwiebel
- ½ Zitrone
- 5 Zweige Dill
- 3 EL Weißweinessig
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 1 Prise Zucker
- ¼ TL Chiliflocken
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Avocado halbieren, den Kern herauslösen, das Fruchtfleisch mit einem Löffel herausheben und fein würfeln. Die Zwiebel abziehen und fein schneiden. Beides in eine Schüssel geben, die Zitrone auspressen und direkt auf die gewürfelte Avocado geben. Dill abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Aus Weißweinessig, Öl, Zucker, Chiliflocken, Salz und Pfeffer eine cremige Vinaigrette anrühren.

Den Dill zur Avocado-Zwiebelmischung dazu geben und mit der Vinaigrette marinieren.

Für den Rote-Bete-Hummus:

- 2 Knollen vorgegarte Rote Bete
- 100 g Kichererbsen aus der Dose
- ½ Zitrone
- 1 EL geriebener Meerrettich
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Sahnemeerrettich
- 2 EL Sonnenblumenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Rote Bete grob würfeln und mit den Kichererbsen und der ausgepressten Zitrone in einen Standmixer geben. Den Meerrettich schälen und direkt in den Standmixer reiben. Den Knoblauch abziehen, grob hacken und dazugeben.

Den Sahnemeerrettich, Öl, Salz und Pfeffer ebenfalls in den Standmixer geben und alles sehr fein pürieren. Danach sofort in einen Einwegspritzebeutel füllen und kalt stellen.

Für den Mango-Hummus:

- 1 reife Mango
- 100 g Kichererbsen aus der Dose
- ½ Zitrone
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Orangensaft
- 2 EL Sonnenblumenöl
- Salz, aus der Mühle

Die Mango mit einem Sparschäler schälen und mit einem scharfen Messer das Fruchtfleisch vom Kern herunter schneiden. Das Fruchtfleisch anschließend würfeln und in einen Standmixer geben. Die Kichererbsen, Zitronensaft, Knoblauch, Sonnenblumenöl, Orangensaft und Salz dazugeben. Alles sehr fein pürieren. Danach sofort in einen Einwegspritzebeutel füllen und kalt stellen.

Für die Garnitur: Das Lachstatar und den Avocadosalat in einem Dessertring anrichten. Dill abbrausen und trockenwedeln. Die Oberfläche des Avocadosalates mit Dill, Sprossen und den essbaren Blüten anrichten.

2 dünne Maiswaffeln
2 EL rote Rettich-Sprossen
1 EL essbare, getrocknete Blüten
¼ Bund Dill
¼ TL Meersalz

Die Einwegspritzebeutel mit einer Schere unten aufschneiden und die beiden Hummus-Sorten um das Türmchen herum spritzen.



Antonio Radano

Calamaretti mit Kresse-Pesto, Zwiebel-Balsamico-Relish und Kartoffeln-Stroh

Zutaten für zwei Personen

Für die Calamaretti:

- 4 Calamaretti mit Tentakeln
- 4 küchenfertige Calamaretti-Tuben
- 1 rote Chili
- 1 Knoblauchzehe
- ½ Zitrone, davon den Saft
- 4 Zweige glatte Petersilie
- 4 Zweige Rosmarin
- 3 EL Olivenöl
- 1 ½ TL Maldon-Salz
- bunter Pfeffer, aus der Mühle

Die Calamaretti waschen, trockentupfen und vom Rückgrat befreien. Die Tuben in einer Grillpfanne von beiden Seiten goldbraun grillen und vom Herd nehmen.

Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Petersilie und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Chilischote längs halbieren, die Kerne herauskratzen und fein hacken. Knoblauch, Petersilie und Rosmarin mit dem Saft einer halben Zitrone, etwas gehackter Chili und Salz vermischen und in einem Topf aufkochen.

Für das Balsamico-Relish:

- 500 g rote Zwiebeln
- 200 g brauner Zucker
- 50 g Honig
- 100 ml alter Balsamico
- 3 EL Olivenöl, zum Anbraten

Die Zwiebeln abziehen und fein würfeln. In einem Topf Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln darin mit Zucker und Honig karamellisieren. Mit Balsamico aufgießen und ca. 20 Minuten köcheln lassen.

Mit dem Stabmixer grob mixen.

Für das Pesto:

- 50 g Kresse
- 1 TL Walnussöl
- 1 TL Himbeeressig

Die Kresse mit Walnussöl und Himbeeressig in einem Mörser fein stoßen. Mit Zucker abschmecken.

Für das Kartoffeln-Stroh:

- 1 große Kartoffel
- ½ TL feines Salz

Die Fritteuse auf 170 Grad vorheizen.

Die Kartoffeln schälen, mit dem Spiralschneider fein aufschneiden und salzen. Die Kartoffeln in der Fritteuse etwa 3 Minuten goldgelb ausbacken und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Noch im warmen Zustand mit Salz würzen.

Die Calamaretti mit Kresse-Pesto, Zwiebel-Balsamico-Relish und Kartoffeln-Stroh auf Tellern anrichten und servieren.



Jana Thurnwald

Tuna-Tataki mit Tramezzino „inside-out“ und Avocado-Creme

Zutaten für zwei Personen

Für das Thunfisch-Tataki:

1 Thunfischfilet à 300 g
 1 EL Wasabipaste
 4 EL schwarze Sesamsaat
 4 EL weiße Sesamsaat
 neutrales Pflanzenöl, zum Marinieren

Das Thunfischfilet waschen, trockentupfen, danach rundum mit Wasabi bestreichen und in zweifarbigen Sesam wälzen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Thunfischfilets von allen Seiten scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen und in 3 cm x 3 cm x 3 cm große Würfel schneiden.

Für die Avocado-Creme:

2 Avocados
 1 Knoblauchzehe
 2 Schalotten
 ½ Zitrone, davon den Saft
 ½ Limette, davon den Saft
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Schalotten abziehen und grob zerkleinern.

Avocados halbieren, den Stein entfernen und mit einem Löffel das Fruchtfleisch herauslösen. Avocados in einen hohen Becher geben.

Limette und Zitrone halbieren und auspressen.

Knoblauch, Schalotten sowie Zitronen- und Limettensaft in den Mixbecher geben und miteinander cremig pürieren.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Tramezzino:

2 Scheiben Tramezzino
 1 Lachsfilet ohne Haut à 200 g
 1 Bund Koriander
 70 g grüne Pistazienkerne
 6 Frühlingszwiebeln
 1 Knoblauchzehe
 1 rote Chili
 1 Limette, davon der Saft
 2 TL Zucker
 4 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Tramezzini mit einem Nudelholz dünn auswallen. Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Frühlingszwiebeln vom Ansatz und der äußeren Schale befreien, putzen und in feine Ringe schneiden. Pistazien in einer beschichteten Pfanne ohne Öl anrösten. Die Chilischote längs halbieren, die Kerne herauskratzen und fein hacken. Koriander mit Frühlingslauch, Knoblauch, Pistazien, Chili, Zucker, Limettensaft, Öl, Salz und Pfeffer in einer Moulinette fein pürieren. Die Tramezzini etwa ½ cm dick mit der Tapenade bestreichen und aufrollen. In etwa 2 ½ cm breite Röllchen teilen.

Für die Deko:

1 Kästchen Shiso-Kresse
 1 TL gelber Kaviar
 ¼ TL hawaiianisches Lavasalz

Das Avocado-Creme auf einen Teller geben, das Thunfisch-Filet darauf anrichten und mit Shiso-Kresse, Kaviar und Salz dekorieren und servieren.



Susanne Augustin

Gefüllte Kochschinken- und Räucherlachs-Röllchen mit fruchtigem Salat und knusprigen Blätterteigstangen

Zutaten für zwei Personen

Für die Mayonnaise:

200 ml Öl
1 TL mittelscharfer Senf
1 Ei
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Ei mit dem Senf in einem hohen Behälter mit einem Stabmixer verquirlen. In einem feinen Strahl das Öl angießen und dabei den Stabmixer langsam nach oben ziehen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Lachsrollchen:

150 g Räucherlachs in Scheiben
1 Stange Meerrettich à 2 cm
40 g bayerischer Topfen
125 g Frischkäse
50 g Mayonnaise (s. oben)
40 g Mais aus der Dose
1 rote Paprika
2 Zweige glatte Petersilie
2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Basilikum
4 Halme Schnittlauch
¼ TL Kräuter de Provence
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Räucherlachsscheiben überlappend auslegen. Aus Topfen, Frischkäse, geriebenem Meerrettich und der zuvor hergestellten Mayonnaise eine cremige Masse anrühren. Paprika halbieren, das Kerngehäuse ausschneiden und fein würfeln. Mais abtropfen lassen. Petersilie, Rosmarin, Basilikum und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Paprika, Mais und Kräuter unter die Creme heben und auf dem Räucherlachs verteilen. Mit Salz, Kräuter de Provence und Pfeffer kräftig abschmecken.

Den Räucherlachs aufrollen und in etwa 4 cm breite Stücke teilen.

Für die Schinkenrollchen:

2 Scheiben Beinschinken
1 TL Mais aus der Dose
3 Babymöhren
3 EL TK-Erbesen
1 EL bayerischer Topfen
50 g Mayonnaise (s. oben)
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Schinken überlappend auslegen. Aus Topfen und der zuvor hergestellten Mayonnaise eine cremige Masse anrühren. Möhren schälen und Strunk entfernen. Erbsen und Möhren in einem Topf mit kochendem Wasser etwa 2 Minuten gar kochen. Möhren herausnehmen und fein hacken.

Möhren, Mais und Erbsen unter die Creme heben und auf dem Schinken verteilen. Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

Den Schinken aufrollen und in etwa 4 cm breite Stücke teilen.

Für die Stangen:

2 Platten Blätterteig
1 Ei, davon das Eigelb
2 TL Kümmel
2 TL Sesam

Den Ofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Blätterteig auslegen und mit Eigelb bestreichen. Kümmel und Sesam abwechselnd darauf streuen und in etwa 3 cm breite Bahnen teilen. Die Bahnen aufdrehen und im vorgeheizten Ofen etwa 12 Minuten goldgelb backen.

Für die Garnitur:

¼ Endiviensalat
50 g Wilde Rauke
2 TL Preiselbeeren im Glas
20 ml Brombeerlikör
1 Orange, davon der Saft
1 TL mittelscharfer Senf

Die Salate verlesen, waschen und trockenschleudern. Orange halbieren und auspressen. Aus Preiselbeeren, Brombeerlikör, Senf und Orangensaft eine cremige Vinaigrette anrühren.

Den Salat mit der Vinaigrette marinieren.

Die gefüllten Kochschinken- und Räucherlachs-Röllchen mit fruchtigem Salat und knusprigen Blätterteigstangen auf Tellern anrichten und servieren.