▪ Die Küchenschlacht – Menü am 06. Februar 2020 ▪
Hauptgang & Dessert mit Johann Lafer

Renate Trummer

In Pergament gegarter Rotbarsch mit Fenchel, getrockneten Tomaten, Oliven und Polenta

Zutaten für zwei Personen

Für das Fischpäckchen:
2 Rotbarschfilets, à 150 g, ohne Haut
100 g getrocknete Tomaten, in Öl
2 Knoblauchzehen
1 rote Zwiebel
1 Fenchelknolle
8 Taggiasche Oliven in Öl, mit Kern
4 Zweige Thymian
4 Zweige Rosmarin
1 TL Kurkumapulver
1 TL gelbe Currymischung

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Rotbarschfilets waschen, trockentupfen und in ca. 5 cm große Stücke schneiden. Filets auf zwei zugeschnittenen Permanentpapieren legen.

Fenchel schälen und in ca. 1 cm breite Streifen schneiden.

Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken.

Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Getrocknete Tomaten grob hacken und das Öl dabei auffangen. Oliven entsteinen und das Öl ebenfalls auffangen. Das Öl der getrockneten Tomaten sowie das der Oliven mit Kurkuma und Curry vermischen, Knoblauch und Zwiebeln hinzugeben und die Mischung über das Fischfilet gießen. Fenchel unter und über den Fisch legen, einige Oliven und die Tomatenstücke ebenfalls untermischen. Mit Thymian und Rosmarin bestreuen und mit Hilfe eines Garns verschließen. Die Päckchen im Ofen ca. 15-20 min. garen.

Für die Polenta:
40 g Maisgrieß
1 Knoblauchzehe
30 g Parmesan
15 g Butter
2 EL Sahne
200 ml Gemüsefond
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
1 Lorbeerblatt
1 Muskatnuss, zum Würzen
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch abziehen und andrücken. Fond mit Thymian, Rosmarin, Lorbeerblatt und Knoblauchzehe in einem Topf kurz aufkochen, dann die Hitze etwas reduzieren. Nach ca. 5 min. die Zutaten aus dem Fond entfernen.

Maisgrieß in den Fond geben und unter ständigem Rühren einkochen lassen. Parmesan reiben, Sahne aufschlagen. Nach ca. 10 min. Butter, Parmesan und Sahne unterheben. Mit Salz, Pfeffer und sehr wenig Muskat abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Renate Trummer

Zitronen-Topfen-Soufflé mit karamellisierter Zitrone

Zutaten für zwei Personen

Für das Soufflé:
2 Zitronen
40 g Butter
5 Eier
100 g Quark, 40 %
2 EL Mehl
75 g Zucker
Puderzucker, zum Bestreuen
Butter, zum Einfetten
Zucker, für die Form

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Souffléförmchen ausbuttern und mit Zucker bestreuen. Schale einer Zitrone abreiben, anschließend halbieren und auspressen. Butter und 25 g Zucker in einer Schüssel schaumig rühren

Schale einer Zitrone anreiben. Danach halbieren und den Saft auspressen. Eier trennen. Zwei Eigelbe mit Zitronenabrieb, Quark und drei EL Zitronensaft unter die Buttermasse heben. Drei Eiweiß mit dem restlichen Zucker aufschlagen und die Hälfte vorsichtig unter die Masse heben. Mehl hinzugeben und den Rest der Eiweißmasse unterheben.

Souffléförmchen zu ¾ füllen und ca. 15-20 min. backen. Die andere Zitrone in Scheiben schneiden. Zucker in einer Pfanne karamellisieren und Zitronenscheiben darin von beiden Seiten goldig anbraten.

Soufflé mit Puderzucker betreuen und mit Zitrone garniert servieren.

Horst Schneider

Wiener Schnitzel und „Ärpel mit Schlaat“

Zutaten für zwei Personen

Für das Schnitzel:
2 Schnitzel à 120 g, aus der Kalbsoberschale
3 Eier (Größe M)
300 g Semmelbrösel
150 g Weizenmehl
50 ml Sahne
Butterschmalz, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Fleisch waschen, trockentupfen und mit einem Küchenhammer dünn klopfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Sahne aufschlagen. Eier und Sahne zu einer fluffigen Masse verquirlen. Für eine Panierstraße Mehl, Semmelbrösel und die Eimasse jeweils in Suppentellern vorbereiten. Das Fleisch erst in Mehl, dann in Ei und zuletzt in Semmelbrösel wenden.

Butterschmalz in einer großen, tiefen Pfanne erhitzen und jedes Schnitzel von beiden Seiten goldgelb ausbacken. Das fertige Schnitzel auf Küchenkrepp etwas ruhen lassen.

Für Ärpel mit Schlaat:
500 g mehlig kochende Kartoffeln
1 kleiner Endiviensalat
1 rote Zwiebel
125 g magerer gewürfelter Speck
125 ml Milch
2 EL Weißweinessig
1 TL gekörnte instant Gemüsefond
3 EL Rapsöl
1 Muskatnuss
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, vierteln und in einem Topf mit Salzwasser garkochen. Speck in einer Pfanne in einem EL Öl anbraten. Mit 200 ml Wasser ablöschen. „Speckwasser“ mit Gemüsefond vermischen und bei kleiner Hitze kochen lassen.

Endiviensalatblätter waschen, trockenschleudern und in dünne Streifen schneiden. Zwiebel abziehen und eine Hälfte fein würfeln. Für das Dressing Essig, restliches Rapsöl und Salz mit den Zwiebelwürfeln verrühren. Milch in einem Topf erwärmen. Kartoffeln abgießen, stampfen und Milch nach und nach dazugeben. Speckwasser, Pfeffer und Muskat nach Geschmack hinzufügen. Vor dem Servieren den Endiviensalat untermengen.

Für die Garnitur:
1 Zitrone
2 EL Preiselbeeren, aus dem Glas

Zitrone vierteln und mit Preiselbeeren auf das Schnitzel legen.

Schnitzel und Ärpel mit Schlaat auf Tellern anrichten und mit Zitrone und Preiselbeeren garniert servieren.

Horst Schneider

Himbeer-Tiramisu

Zutaten für zwei Personen

Für das Tiramisu:
200 g Himbeeren
1 Limette
2 Orangen
125 g Mascarpone
125 g Magerquark
6 Löffelbiskuits
2 EL Amaretto
1 TL Bourbonvanillepaste
3 EL Zucker

Die 75 g Himbeeren mit 1 EL Zucker pürieren.

Limette halbieren und auspressen. Mascarpone, Quark, 2 EL Zucker, 1 EL Limettensaft und Bourbonvanillepaste in einer Schüssel verrühren. Restliche Himbeeren halbieren und vorsichtig unter die Mascarponecreme heben. Orange halbieren und auspressen. 40 ml Orangensaft und Amaretto verrühren. Löffelbiskuit in Stücke brechen als erste Schicht in Dessert-Gläser legen und dann mit 1 EL des Safts beträufeln. Auf diese Schicht eine Schicht Macraponecreme und darauf eine Schicht Himbeerpüree geben. Darauf wieder eine Schicht Löffelbiskuit, Creme und Püree geben.

Für die Garnitur:
3 Zweige Minze

Minze abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen.

Himbeer-Tiramisu mit Minze garniert servieren.

Martina Leister

Lachs im Sesammantel mit Wasabi-Kartoffelstampf

Zutaten für zwei Personen

Für den Wasabi-Kartoffelstampf:
400 g mehligkochende Kartoffeln
1 Frühlingszwiebel
1 Zitrone
100 ml Milch
1 EL Butter
1-2 TL Wasabipaste
Muskatnuss, zum Reiben
1 TL Sesamöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.
Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen. Abgießen und ausdämpfen lassen. Milch mit Butter in einem Topf erwärmen und zusammen mit den Kartoffeln stampfen. Frühlingszwiebel putzen und in Ringe scheiden. Zitrone halbieren und 1 TL auspressen. Wasabipaste und Frühlingszwiebeln unterheben.
Mit Sesamöl, Zitronensaft, Muskatnuss, Salz und Pfeffer verfeinern.

Für den Lachs:
2 Lachsfilets, à 150 g, ohne Haut
1 EL Dijonsenf
5 EL Sojasauce
1 EL Sesamöl
1 EL Honig
4 EL weißer Sesam
4 EL schwarzer Sesam
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

1 EL Sojasauce, Sesamöl, Senf, Honig, Salz und Pfeffer zu einer cremigen Marinade rühren. Lachs damit einpinseln. Sesam auf einen großen, flachen Teller geben, die Lachsfilets von allen Seiten hineindrücken, so dass sie rundum mit Sesam paniert sind. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und auf der mittleren Schiene in den Backofen schieben.
Die Temperatur auf 160 Grad senken und den Lachs ca. 15 min. garen.
Die restliche Sojasauce in ein Schälchen geben

Für die Garnitur:
¼ Bund Schnittlauch

Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Wasabi-Kartoffelstampf mit etwas Schnittlauch und dem Lachs auf einem Teller anrichten und servieren.

Martina Leister

Kokos-Eis mit Schokoladenchip

Zutaten für zwei Personen

Für das Kokos-Eis:
125 ml Sahne
125 ml Kokosmilch
50 g Crème fraîche
1 Vanilleschote
20 ml Kokoslikör
100 g Kokosflocken
75 g Zucker

Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen. Sahne, Kokosmilch, Vanillemark, Crème fraîche, Zucker und Kokoslikör vermengen.
Durch ein Sieb passieren und in der Eismaschine gefrieren lassen.

Für den Schokoladenchip:
1 Tafel Zartbitterschokolade, 70 %
¼ Bund Minze

Zartbitterschokolade zerkleinern und in einem Topf schmelzen lassen. Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.
Schokolade auf Backpapier streichen und mit Minze bestreuen. Im Kühlschrank fest werden lassen.

Für die Garnitur:
150 ml Maracuja-Nektar
1 halbierte Kokosnuss
1 Schale Eiswürfel

In eine kleine Schüssel Eiswürfel füllen und die halbe Kokosnuss darauf drapieren. Kokosnuss zur Hälfte mit Maracuja-Nektar füllen. Zum Schluss das Eis portionieren, in Kokosflocken wenden, in die Kokosnuss geben und mit dem Schokoladenchip servieren.