| **Die Küchenschlacht – Menü am 07. Juni 2017** |
Vorspeise mit Johann Lafer



Phylicia Whitney

Gebratene Jakobsmuscheln auf Tomaten-Carpaccio mit Rosencurry-Schaum und Spinatsalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Jakobsmuscheln:
4 ausgelöste Jakobsmuscheln
2 große Tomaten
½ Knoblauchzehe
1 Orange, davon ½ TL Abrieb
1 EL Butter
¼ TL gemahlene Dillsaat
¼ TL gemahlene Senfsaat
¼ TL gemahlene Anissaat
¼ TL Piment
4 Wacholderbeeren
¼ TL Chiliflocken
¼ TL rosa Pfefferbeeren
¼ TL weißer Pfeffer
¼ TL Schwarzer Pfeffer
1 Zweig Thymian
Olivenöl, zum Anbraten
Chili, aus der Mühle
Kalaharisalz, zum Abschmecken

Die Jakobsmuscheln waschen und trocken tupfen.

Thymian abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch abziehen und klein hacken.

Von der Orange einige Zesten reißen. Dill-, Senf- und Anissaat mit Orangenzesten, Wacholder, Piment, Chiliflocken und Pfeffer in einem Mörser zu einem Fischgewürz fein stoßen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Jakobsmuscheln auf jeder Seite ca. 1 Minute anbraten. Butter in der Pfanne aufschäumen lassen, Knoblauch und Thymian dazugeben. Die Jakobsmuscheln ca. 3 Minuten in der Butter glasieren. Mit dem Fischgewürz, Kalaharisalz und Chili kräftig abschmecken.

Die Tomaten dünn hobeln und die marinierten Muscheln darauf anrichten.

Für den Spinatsalat:
100 g Blattspinat
1 Limetten
1 Tonkabohne
1 ½ EL Zucker
5 TL Olivenöl
Kalaharisalz, zum Würzen
weißer Malabar-Pfeffer, zum Würzen

Die Limetten abreiben, halbieren, den Saft auspressen und auffangen. Die Tonkabohne auf einer Reibe fein hobeln. Limettensaft und -abrieb, Zucker und Tonkabohne in einem Topf aufkochen und abkühlen lassen. Das Olivenöl untermengen und mit Kalaharisalz und Malabar-Pfeffer abschmecken.

Spinat waschen, trocken schleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Den Salat mit dem Tonkabohnen-Dressing marinieren.

Für den Schaum:
1 EL Rosencurry
1 Schalotte
10 g Butter
100 ml Sahne
25 ml halbtrockener Weißwein
100 ml Geflügelfond
1 Zweig Koriander
Rosenblütensalz, zum Abschmecken
Tellicherry-Pfeffer, zum Abschmecken

Den Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Schalotte abziehen, in Würfel schneiden und in der Butter goldgelb anrösten. Mit Weißwein und Geflügelfond ablöschen, die Hälfte der Sahne dazugeben und ca. 3 Minuten köcheln lassen. Die übrige Sahne aufschlagen.

Rosencurry dazugeben, mit geschlagener Sahne vermengen und mit Rosenblütensalz, Tellicherry-Pfeffer und Koriander abschmecken.

Mit einem Stabmixer zu einem Schaum aufmixen.

Die gebratene Jakobsmuscheln auf Tomaten-Carpaccio mit Rosencurry-Schaum und Spinatsalat auf Tellern anrichten und servieren.



Jochen Röder

Garnelen-Spargel-Pfanne mit selbstgebackenem Olivenbrot

Zutaten für zwei Personen

Für die Pfanne:
300 g küchenfertige Riesengarnelen
200 g grüner Spargel
1 rote Paprika
1 Limette, davon Abrieb und Saft
1 weiße Zwiebel
2 Knoblauchzehen
100 ml trockener Weißwein
2 Zweige Thymian
1 Bund Basilikum
3 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Garnelen waschen und trocken tupfen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und klein hacken. Spargel von den Enden befreien und hinteres Drittel schälen. Paprika halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und in Stücke schneiden. Limette mit einer Reibe reiben, dann halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Thymian und Basilikum abbrausen und trockenwedeln. Blätter vom Thymian und Basilikum abzupfen und grob schneiden. Limette halbieren, auspressen und den Saft auffangen, Schale abreiben.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Garnelen bei mittlerer Hitze ca. 1 Minute anbraten. Thymian, Knoblauch und Zwiebeln hinzugeben und 3 Minuten mitbraten. Garnelen herausnehmen und warm halten.

Paprika und Spargel zusammen mit Thymian, Knoblauch und Zwiebeln anbraten und mit Weißwein ablöschen. Mit Limettenabrieb, -saft, Salz und Pfeffer abschmecken. Garnelen dazugeben und mit Basilikum bestreuen.

Für das Olivenbrot:
100 g steinlose schwarze Oliven
300 g Dinkelmehl
300 ml Buttermilch
2 TL Natron
2 TL feines Salz
2 Prisen Zucker

Den Ofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Mehl, Natron, Salz und Zucker in einer Schüssel vermengen. Oliven klein schneiden und mit zwei Dritteln der Buttermilch zum Mehl geben und unterrühren, bis ein lockerer Teig entsteht. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche einen Laib formen, diesen in eine Brotbackform geben und mit übriger Buttermilch bestreichen. Das Brot in den Ofen geben und ca. 20 Minuten backen. Anschließend herausnehmen, einige Scheiben abschneiden und servieren.

Die Garnelen-Spargel-Pfanne mit Olivenbrot auf Tellern anrichten und servieren.



Patrick Dengler

Kleiner Flammkuchen mit Rucola-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für den Flammkuchen:
200 g Mehl
200 g Ziegenkäse-Rolle
3 rote Zwiebeln
200 g Crème double
2 EL flüssiger Honig
3 Zweige Rosmarin
2 EL Rapsöl
1 Prise feines Salz

Den Ofen auf 250 Grad Umluft vorheizen.
Mehl, 125 ml Wasser, Öl und eine Prise Salz in einer Schüssel zu einem gleichmäßigen Teig verkneten und diesen dünn auf einem mit Backpapier und Mehl belegtem Blech ausrollen. Zwiebeln abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Die Crème Double salzen und auf dem Teig verstreichen, die Zwiebelscheiben darüber verteilen. Ziegenkäse in dünne Scheiben schneiden und gleichmäßig auf dem Flammkuchen verteilen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, klein hacken und über den Flammkuchen streuen. Den Flammkuchen für etwa 10 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Wenn der Rand knusprig geworden ist, aus dem Ofen nehmen und mit einem Löffel Honig-Fäden über dem Flammkuchen verteilen.

Für den Salat:
2 Bacon-Streifen
100 g Rucola
1 Apfel
2 TL Pinienkerne

Den Rucola waschen und trocken schleudern. Eine Pfanne erhitzen und den Bacon darin bei mittlerer Temperatur langsam kross braten. Kerngehäuse des Apfels entfernen und in kleine Stücke schneiden. Bacon aus der Pfanne nehmen und auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Eine Pfanne ohne Öl erhitzen und die Pinienkerne darin anrösten.

Für das Dressing:
1 TL flüssiger Honig
2 TL Walnuss-Balsamico
½ TL Dijon-Senf
1 TL Rapsöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Aus Öl, Walnuss-Balsamico, Dijon-Senf, Honig, Salz und Pfeffer ein Dressing herstellen und den Salat unmittelbar vor dem Servieren damit marinieren.

Den kleinen Flammkuchen mit Rucola-Salat auf Tellern anrichten und servieren.



Sabine Müller

Entenbrust mit Linsensalat und Rote Bete

Zutaten für zwei Personen

Für die Entenbrust:
1 Entenbrust mit Haut à 160 g
1 TL Zucker
3 EL Sojasauce
40 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Entenbrust waschen und trocken tupfen. Die Hautseite der Entenbrust mit einem scharfen Messer mehrmals schräg einschneiden. Hautseite mit Salz, Pfeffer, etwas Zucker und Sojasauce kräftig einreiben.

Entenbrust mit der Hautseite in eine erhitzte Pfanne mit wenig Öl legen und anbraten.

Entenbrust in Tranchen schneiden.

Für den Linsensalat:
150 g getrocknete rote Linsen
1 Karotte
¼ Stück Knollensellerie
¼ Stange Lauch
3 Zweige glatte Petersilie
2 EL flüssiger Honig
1 EL mittelscharfer Senf
1 EL Balsamico
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Linsen in einem Topf mit Salzwasser ca. 14 Minuten gar kochen und abgießen. Lauch und Sellerie waschen, von den Enden befreien und in kleine Würfel schneiden. Karotte schälen, von den Enden befreien und kleine Würfel schneiden. Gemüse zu den Linsen geben und unterrühren.

Petersilie abbrausen, trocken wedeln und feinhacken. Unter die Linsen heben. Honig, Senf, Essig, Öl, Salz und Pfeffer zu einer Marinade verrühren und zu dem Linsen-Gemüse geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Rote Bete:
200 g vorgegarte Rote Beete
1 kleine Zwiebel
2 EL flüssiger Honig
1 EL mittelscharfen Senf
1 EL Balsamico Essig
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Rote Bete in hauchdünne Scheiben schneiden und auf einem Teller kreisförmig anrichten. Zwiebel abziehen und die Hälfte davon in feine Würfel schneiden. In einer Pfanne mit Öl glasig andünsten. Honig, Senf, Essig, Salz und Pfeffer zugeben und mitandünsten zu einer Marinade verarbeiten und gleichmäßig auf die Rote Bete verteilen.

Die Entenbrust mit Linsensalat und Rote Bete auf Tellern anrichten und servieren.



Matthias Dahmen

Möhren-Ingwer-Suppe mit Kartoffel-Bacon-Einlage und BBQ-Garnelen-Spieß

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe:
50 g Räucherspeck in Scheiben
500 g Karotten
250 g mehlig kochende Kartoffeln
¼ Knolle Sellerie
80 g Lauch
1 Knolle Ingwer à 1 cm
1 Zitrone, davon den Saft und Abrieb
1 weiße Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 TL Zucker
50 ml halbtrockener Weißwein
500 ml Gemüsefond
1 Lorbeerblatt
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Grillfunktion vorheizen.

Karotten von den Enden befreien und zusammen mit dem Sellerie schälen. Eine halbe Karotte und 10 g Sellerie in kleine Würfel schneiden. Den Rest mit einer Vierkantreibe reiben.

Lauch waschen, von den Enden befreien und in Ringe schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Kartoffeln schälen und fein würfeln. Ingwer schälen und klein hacken.

Räucherspeck auf einem Backblech auf Backpapier legen und für ca. 4 Minuten im Ofen kross ausbacken.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Kartoffelwürfel dazugeben und rundherum 10 Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Öl in einem weiteren Topf erhitzen und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze glasig anschwitzen. Knoblauch und Ingwer zu den Zwiebeln geben und 1 Minute mit anschwitzen. Zitrone reiben, halbieren, auspressen und Saft auffangen. Zucker über die Zwiebeln geben und karamellisieren lassen. Geraspelte Karotten, geraspelten Sellerie, Lauchringe und Zitronenabrieb dazugeben und 3 Minuten mit andünsten. Mit Wein ablöschen und die Flüssigkeit leicht einkochen. Gemüsefond angießen, das Lorbeerblatt hinzugeben und die Suppe bei mittlerer Hitze 5 Minuten köcheln lassen.

In einem Topf Öl erhitzen und Karotten- und Selleriewürfel darin scharf andünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken

Lorbeerblatt wieder entfernen und die Suppe mit einem Stabmixer pürieren. Mit 1 EL Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnelen:
4 küchenfertige Riesengarnelen
1 rote Chilischote
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone
1 Knolle Ingwer à 2 cm
8 Zweige Thymian
4 Stiele glatte Petersilie
4 Zweige Rosmarin
½ TL edelsüßes Paprikapulver
1 TL schwarze Pfefferkörner
90 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Garnelen waschen und trockentupfen. Rosmarin, Petersilien und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Kräuterblätter und Rosmarinnadeln abzupfen. Zitrone mit einer Reibe reiben, halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Ingwer und Knoblauch schälen und hacken. Chili längs aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und in sehr feine Ringe schneiden. Rosmarin, Petersilien und Thymian, Limettenabrieb, Ingwer, Knoblauch, Chili, Paprikapulver, 1 TL Salz, Pfefferkörner und 80 ml Olivenöl zu einer mittelfeinen Paste pürieren.

Garnelen in der Gewürzpaste wenden und 10 Minuten ziehen lassen.

Eine Grillpfanne stark erhitzen und die Garnelen mit der Paste darin rundherum ca. 3 Minuten braten.

Die Möhren-Ingwer-Suppe mit Kartoffel-Bacon-Einlage und BBQ-Garnelen-Spieß in tiefen Tellern anrichten und servieren.