▪ Die Küchenschlacht – Menü am 09. Dezember 2019 ▪
Leibgericht mit Nelson Müller



Lisa Bohm

Geräucherte Entenbrust mit Rotweinjus, Brokkoli und Blumenkohlpüree

Zutaten für zwei Personen

Für die Entenbrust mit Rotweinjus:
2 Entenbrüste à 300 g, mit Haut
3 Knoblauchzehen
1 Orange
500 ml Gemüsefond
500 ml Rotwein
50 g Hefeflocken
1 Rosmarinzweig
100 g Butter
Zucker, zum Würzen
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 140 Grad Umluft vorheizen.

Entenbrust waschen, trocken tupfen und auf der Hautseite einritzen. Auf der Hautseite in einer beschichteten Pfanne anbraten. Knoblauch abziehen und klein hacken, danach mit dem Rosmarinzweig zusammen in der Pfanne dazugeben und anbraten.

Sobald die Ente knusprig ist, das Fleisch aus der Pfanne nehmen und für ca. 10-15 Minuten in den Backofen geben.

Den Bratensatz der Ente mit Rotwein und Gemüsefond ablöschen und einreduzieren lassen. Die Orange auspressen. Orangensaft, Zesten, Haferflocken, Zucker, Salz und Pfeffer zur Jus geben. Mit Butter abbinden. Zum Schluss die Entenbrust unter einer Räucherglocke mit einer Räucherpistole für ca. 5-10 Minuten anräuchern.

Für das Blumenkohlpüree:
1 Blumenkohl
250 ml Sahne
250 ml Milch
20 g Butter

Den Blumenkohl zerkleinern, in Milch und Sahne kochen lassen und im Mixer mit kalter Butter zu einem Püree verarbeiten.

Für den Brokkoli:
1 Brokkoli
3 Knoblauchzehen
100 ml Olivenöl

Den Backofen auf 160 Grad Umluft einstellen.

Knoblauch abziehen und klein schneiden. Den Brokkoli ebenfalls klein schneiden, mit Olivenöl und Knoblauch marinieren und bei ca. 160 Grad 10 Minuten in den Ofen stellen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Michael Franzke

Filet Wellington mit Pilzragout, Schokoladen-Sherry-Sauce und Spitzkohlsalat

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:
2 Rinderfilets à 300 g
1,5 TL Senf
1 Rosmarinzweig
Zucker, zum Würzen
1 EL Butterschmalz
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Filets waschen und trocken tupfen. Vor dem Braten das Fleisch mit Salz und Zucker würzen. Zusammen mit dem Rosmarinzweig in einer heißen Pfanne in Butterschmalz von beiden Seiten anbraten. Herausnehmen und nach dem Abkühlen mit Senf bestreichen. Nochmals mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Farce:
300 g frische Champignons
¼ Lauchstange
1 Knoblauchzehe
2 Schalotten
100 g Butter

Champignons putzen. Schalotten und Knoblauch abziehen und mit dem Lauch kleinschneiden. In etwas Butter dünsten und wenn die komplette Flüssigkeit verdampft ist, alles in einen Mixer geben und zerkleinern.

Für das Filet Wellington:
2 Eier
2 EL getrockneter Thymian
200 g Blätterteig
200 g Speck, in Scheiben

Für die Ummantelung zwei Bahnen Frischhaltefolie überlappend auf die Arbeitsfläche legen und den Speck darauf auslegen. Den Speck mit der Farce bestreichen und das Rinderfilet darauf legen. Mithilfe der Frischhaltefolie den Speck um das Rinderfilet wickeln.

Den Blätterteig großflächig ausrollen und das Rinderfilet im Speckmantel auf das untere Drittel des Teiges legen. Die Eier trennen, die Teigränder mit Eigelb bestreichen und das Rinderfilet in Blätterteig einrollen. Zum Schluss die Seitenteile mit einer Gabel zusammendrücken. Das übrige Eigelb mit 1-2 EL Wasser und Thymian verrühren und den Blätterteig damit bestreichen.

Das Filet Wellington im vorgeheizten Ofen bei mittlerer Einschubleiste für etwa 15-20 Minuten backen. Die Fleischpfanne für die Sauce bereitstellen.

Für die Sauce:
250 ml Rinderfond
25 g Zartbitterschokolade
6 cl Sherry
2 EL Butter
1 TL Mehl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Fleischsatz in der Pfanne mit Sherry lösen, Fond hinzugeben und köcheln lassen. Mit Butter und Mehl eine Mehlschwitze herstellen und langsam die angesetzte Sauce dazugeben. Zartbitterschokolade zerkleinern und mit einem Schuss Sherry dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Pilzragout:
300 g frische Kräuterseitlinge
75 g Crème fraîche
150 ml Gemüsefond
1 Bund Petersilie

Die Pilze putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Anschließend mit etwas Olivenöl bei mittlerer Hitze anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Fond ablöschen und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Mit Mehl andicken und Crème fraîche unterrühren. Petersilie waschen, trockentupfen, hacken und dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

1 EL Mehl
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Spitzkohlsalat mit Chili-Orangen-Dressing:
300 g Spitzkohl
½ Apfel
1 Chilischote
1 Bund Schnittlauch
1 Orange
50 g Walnüsse
50 g saure Sahne
50 g Joghurt
1 EL Honig
2 EL Walnussöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Spitzkohl waschen, vierteln und den Strunk entfernen. Anschließend quer in feine Streifen schneiden. Den Apfel waschen, vierteln, entkernen und ebenfalls klein schneiden. Walnusskerne grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in ca. 1 cm lange Röllchen schneiden.

Für das Dressing die Orange auspressen. Saure Sahne, Joghurt, Walnussöl, Orangensaft und Honig in einer Schüssel glattrühren und mit etwas Chili, Salz und Pfeffer würzen.

Spitzkohl, Apfel und die Hälfte vom Schnittlauch mit dem Dressing vermengen und den Salat mit restlichem Schnittlauch und Walnüssen garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Inga Quotadamo

Bœuf Stroganoff mit Kartoffelrösti und Orangen-Fenchel-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für das Boeuf Stroganoff:
500 g Rinderfilet
200 g Steinpilze
50 g vorgegarte Rote Bete
2 Schalotten
100 g saure Gurken aus dem Glas
2 Halme Schnittlauch
1 Zitrone
125 g Crème fraîche
100 ml Rinderfond
2 EL Weißwein
2 Zweige glatte Petersilie
Butterschmalz, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Rinderfilet waschen, trockentupfen, in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne in Butterschmalz scharf anbraten. Mit Pfeffer würzen und auf einem Teller kurz ruhen lassen.

Schalotten abziehen und in kleine Würfel schneiden. Die Rote Bete fein schneiden. Saure Gurken in Stücke schneiden. Steinpilze putzen und in Scheiben schneiden. Alles in Butterschmalz anbraten. Crème fraîche, Fond und Weißwein hinzufügen. Petersilie waschen, hacken und beifügen. 1 EL ausgepressten Zitronensaft und Abrieb hinzufügen. Kurz köcheln lassen, das Fleisch anschließend bei geringer Hitze ca. 2 Minuten darin ziehen lassen. Schnittlauch hacken und darüber streuen.

Für die Kartoffelrösti:
500 g festkochende Kartoffeln
1 EL Butterschmalz
1 EL neutrales Öl
Salz, aus der Mühle
Bunter Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und mithilfe einer Küchenreibe grob raspeln. Mit Salz und Pfeffer würzen. Butterschmalz und Öl in einer großen Pfanne erhitzen, die Temperatur auf mittlere Hitze schalten. Geraspelte Kartoffeln in die Pfanne geben und mit einem Pfannenwender zu einem fingerdicken Kuchen formen. Zugedeckt ca. 10 Minuten braten lassen, danach mithilfe eines aufgelegten Tellers wenden und von der anderen Seite weitere 10 Minuten braten.

Für den Orangen-Fenchel-Salat:
1 Knolle Fenchel
1 Orange
1 TL Honig
1 Zitrone
1 TL neutrales Öl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fenchel putzen und in Streifen schneiden. Orange filetieren. Die Zitrone auspressen. Fenchel mit Öl, Honig, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und mit Orangen vermengen. Kurz ziehen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Nydal Chamma

Spekulatius-Falafel mit Maronen-Sesam-Dip, Yufka-Dattel-Röllchen und Taboulé mit Granatapfelkernen

Zutaten für zwei Personen

Für den Falafel:
200 g eingeweichte Kichererbsen
2 Knoblauchzehen
1 Zwiebel
200 g Spekulatius
4 EL Crunchy Spekulatiuscreme
2 EL Spekulatiusgewürz
1 TL Falafelgewürz
2 EL Arganöl
2 EL Backpulver
5 EL Sesamkerne
4 EL Zucker
1 TL Salz
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Sonnenblumenöl, zum Frittieren

Den Knoblauch und die Zwiebel abziehen und klein schneiden.

Anschließend Kichererbsen, Knoblauch, Zwiebel, Sesamkerne, Zucker, Spekulatius, Spekulatiusgewürz, Spekulatiuscreme, Arganöl, Falafelgewürz, Backpulver, Salz und Pfeffer in einen Mixer geben. Spekulatius zerkleinern und hinzufügen. Alles zusammen zerkleinern und die Masse mithilfe einer Falafel-Presse in kleine Bällchen formen, zuletzt in heißem Öl frittieren.

Für das Taboulé:
50 g Bulgur
1 arabisches Fladenbrot
1 Chicorée
1 Tomate
1 Zwiebel
1 Zitrone
½ Granatapfel
90 ml Gemüsefond
1 Bund Petersilie
½ Bund Pfefferminze
1 EL Olivenöl
Sonnenblumenöl, zum Frittieren
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Taboulé zuerst den Bulgur in Sonnenblumenöl anbraten und mit Gemüsefond ablöschen.

Die Petersilie und Minze abwaschen und fein hacken. Zitrone auspressen. Zwiebel abziehen und mit den Tomaten in sehr kleine Würfel schneiden. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Olivenöl vermengen und unter den Bulgur geben. Das arabische Fladenbrot in kleine Stücke schneiden und in heißem Öl frittieren. Granatapfelkerne ausklopfen. Taboulé mit frittiertem Fladenbrot und Granatapfelkernen garnieren. Chicorée Blätter ablösen und Taboulé darauf servieren.

Für den Maronen-Sesam-Dip:
200 g vorgegarte Maronen
1 Becher griechischer Sahnejoghurt
50 g Sesampaste
1 Zitrone
½ Bund Koriander
1 TL Sambal Oelek
4 EL Zucker

Die Maronen in eine Schüssel geben. 1 TL Sambal Oelek, Sesampaste, Zucker, Joghurt, den Saft einer Zitrone und Koriander dazugeben. Alle Zutaten mit einem Pürierstab pürieren.

Für die Yufka-Dattel-Röllchen:
3 Yufka Teigblätter
200 g Schafskäse
100 g entsteinte Datteln
Sonnenblumenöl, zum Braten

Den Schafskäse und die Datteln klein schneiden. Die Masse auf die Yufka-Teigblätter streichen und zu kleinen Röllchen rollen. In Sonnenblumenöl goldbraun backen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Ute Dreissigacker

Rückwärts gegartes Rinderfilet mit Rotweinsauce, Rosenkohl und Kartoffelwürfeln

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:
500 g Rinderfilet
2 Knoblauchzehen
2 Rosmarinzweige
Olivenöl, zum Einreiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 60-70 Grad Umluft vorheizen.
Rinderfilet zuerst waschen und trocken tupfen. Anschließend das Filet in 2 Stücke schneiden, mit etwas Olivenöl einreiben.
Knoblauch abziehen und klein hacken. Mit Rosmarinzweigen und angedrückten Knoblauchzehen im Bratschlauch verschließen und 20 Minuten im Ofen erwärmen.
Danach das Fleisch in einer Grillpfanne von beiden Seiten 3 Minuten grillen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Rotweinsauce:
1 Bund Sellerie
1 Karotte
2 Schalotten
300 ml Spätburgunder
300 ml Rinderfond
1 Zimtstange
100 g Butter
Sojasauce, zum Würzen
Puderzucker, zum Verfeinern
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotten abziehen und mit Sellerie und einer Karotte klein schneiden, anschließend mit etwas Puderzucker in einer Pfanne erwärmen und anrösten.
Mit Rinderfond und Spätburgunder ablöschen und einköcheln lassen. Zimtstange dazugeben, mitköcheln lassen und mit Sojasauce, Salz und Pfeffer würzen. Zimtstange entfernen und die Sauce mit kalter Butter binden.

Für den Rosenkohl:
300 g Rosenkohl
2 Scheiben Speck
1 Muskatnuss
Butter, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Eiswasser

Rosenkohl putzen und im Strunk einritzen, dabei einige schöne äußere Blättchen zur Deko aufheben.
Anschließend den Rosenkohl in Salzwasser geben und ca. 20 Minuten garen. Blättchen leicht blanchieren und mit Rosenkohl zusammen im Eiswasser abschrecken. Speck klein schneiden.
Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und den Rosenkohl mit dem Speck darin schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Kartoffelwürfel:
6 festkochende Kartoffeln
1 Zwiebel
1 Rosmarinzweig
1 Prise Zimt
Butterschmalz, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und würfeln. Zwiebeln abziehen und hacken. Zwiebel und Kartoffelwürfel in Butterschmalz braten. Rosmarinzweig hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und Zimt würzen.

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



Bernd Simons

Rehrücken mit Portwein-Maronen-Sauce, Rahmwirsing und Nuss-Spätzle

Zutaten für zwei Personen

Für den Rehrücken
400 g ausgelöster Rehrücken am Stück
1 EL Maiskeimöl
20 g Butter
½ TL Salz
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen,

Den Rehrücken von Haut und Sehnen befreien und in zwei gleich große Stücke schneiden. Das Fleisch pfeffern und salzen. In einer Bratpfanne das Öl hoch erhitzen und das Fleisch von allen Seiten scharf anbraten.

Anschließend ca. 8 Minuten in den Ofen geben, eine Kerntemperatur von 55 Grad erreicht ist.

Vor dem Anrichten die Butter in einer Pfanne aufschäumen und das Fleisch nochmals kurz erhitzen (max. 30 Sek.) und mit der Butter übergießen, danach in Scheiben aufschneiden.

Für die Portwein-Maronen-Sauce:
500 ml Wildfond
100 ml Portwein
80 ml Sahne
100 g vorgegarte und geschälte Maronen
1 EL Sojasauce
1 TL Fischsauce
1 EL alter Balsamicoessig
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle

Fond, Portwein und Sahne in einen Topf geben und bei hoher Hitze auf ca. 150 ml einkochen, danach die Hitze stark reduzieren.

Sojasauce, Fischsauce und Balsamico dazugeben, 5 min. köcheln lassen. Die Sauce mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Maronen kurz vor dem Servieren in die Sauce geben und kurz erhitzen.

Für die Nussspätzle:
2 Eier
50 g fein geriebene Haselnüsse
100 g Mehl
80 g Quark
20 g Butter
1 Prise Muskat
½ TL Salz

In eine Schüssel Mehl, Quark und fein geriebenen Nüsse geben, die Eier darüber aufschlagen und gemeinsam mit Muskat und Salz verrühren.

Kurz rühren, bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Wasser dazugeben, wenn der Teig zu zäh ist. Die Teigmasse mit einer Spätzlreibe in kochendes Salzwasser „spätzeln“, einmal kurz aufkochen lassen und abseihen. Butter in die Spätzle geben und umrühren.

Für den Rahmwirsing
500 g Wirsing
1 Zwiebel
150 ml Gemüsefond
80 ml Sahne
20 g Butter
½ TL ganzer Kümmel
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle

Den Strunk vom Wirsing herausschneiden, in feine Streifen schneiden, im Sieb durchwaschen und abtropfen lassen.

Zwiebel schälen und fein würfeln, in einer Kasserolle in Butter glasig dünsten und den Wirsing dazugeben. Solange durchrühren bis er zusammenfällt. Mit Sahne und Gemüsefond aufgießen und bei geschlossenem Deckel 10 Minuten köcheln lassen. Mit Kümmel, Salz und Pfeffer würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.