

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 09. Februar 2026** ▪
Leibgericht mit Mario Kotaska



Kerim Kissing

**Juwelenreis mit paniertem Hähnchen, Fenchel,
glasierten Karotten und Knoblauch-Feta-Dip**

Zutaten für zwei Personen

Für den Reis:
 200 g Basmati
 100 g Reismudeln
 150 g Butter
 ½ TL Safranfäden
 1 TL Safranpulver
 Salz, aus der Mühle

Die Butter in einem mittelgroßen Topf erhitzen. Safranfäden und Safranpulver in einem kleinen Glas mit heißem Wasser auflösen. Die Hälfte der geschmolzenen Butter mit in das Glas geben und zur Seite stellen.

Reismudeln in der restlichen Butter anschwitzen und bei erhöhter Hitze immer wieder umrühren. Basmati mit in den Topf geben und bei mittlerer Stufe anbraten. Mit der doppelten Menge Wasser aufgießen und auf niedriger Stufe für etwa 15-20 Minuten kochen.

Wenn der Reis fertig gekocht ist, zwischen Topf und Deckel für ca. 2-5 Minuten ein Küchentuch legen, um die restliche Feuchtigkeit zu entziehen. Safranbutter zum Schluss unter den fertigen Reis heben. Mit Salz würzen.

Für das Hähnchen:
 2 Hähnchenbrüste à 200 g
 1 Knoblauchzehe
 ¼ altbackenes Fladenbrot
 1 Ei
 Neutrales Öl, zum Braten
 1 EL Advieh-Gewürzmischung
 Mehl, zum Mehlieren
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Hähnchenbrüste je nach Dicke ggf. plattklopfen. Knoblauch abziehen und reiben. Ei verquirlen und mit Advieh, Knoblauch sowie Salz und Pfeffer würzen. Fladenbrot zerhackeln und den geriebenen Knoblauch dazugeben. Eine Panierstraße aus Mehl, verquirltem Ei und dem zerkleinerten Fladenbrot aufstellen. Fleisch zuerst durch das Mehl, dann durch das Ei und zuletzt durch das zerkleinerte Fladenbrot ziehen beziehungsweise wenden.

Eine Pfanne mit reichlich Öl erhitzen und die Hähnchenbrüste anbraten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das Gemüse:
 1 Fenchel
 2 Karotten
 4 TL Honig
 4 EL hellen Essig
 2 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle

Fenchel längs halbieren und quer in 0,5 cm breite Streifen schneiden. Strunk und Stiele dabei entfernen. 2 TL Honig, Essig und eine Prise Salz mit dem Fenchel vermengen. Ziehen lassen.

Karotten schälen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Mit restlichem Honig, Olivenöl und einer Prise Salz in den Topf geben. Karotten zur Hälfte mit Wasser bedecken, zum Kochen bringen und abgedeckt ca. 7 Minuten köcheln lassen.

Für den Dip:
 1 Knoblauchzehe
 1 Zitrone, Abrieb
 150 g griechischer Joghurt
 90 g Feta
 Salz, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und fein hacken. Zitronenschale abreiben. Feta, Knoblauch, Zitronenabrieb und Salz mit dem Joghurt vermengen.

Für die Garnitur: Pistazien kurz in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Petersilie und Minze hacken. Granatapfelkerne, geröstete Pistazien und die Kräuter als Garnitur verwenden.

- 1 EL Granatapfelkerne
- 1 EL geschälte Pistazien
- 1 Zweig Petersilie
- 2 Zweige Minze

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Lisa-Marie Hack

Schweinefilet mit Champignon-Rahmsauce, Knöpfle und Tomaten-Rucola-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch:

300 g Schweinefilet, am Stück
 1 Knoblauchzehe
 150 g Butter
 Neutrales Öl, zum Anbraten
 2 Zweige Rosmarin
 2 Zweige Thymian
 ½ Bund Liebstöckel
 1 EL rosenscharfes Paprikapulver
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 130 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Eine Pfanne mit Öl erhitzen und das Schweinefilet am Stück von beiden Seiten anbraten. Kräuter und ein Stück Butter dazugeben. Knoblauch andrücken und dazugeben. Filet mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Die Pfanne in den Ofen stellen und bei 130 Grad ziehen lassen, bis das Fleisch eine Kerntemperatur von ca. 60 Grad erreicht hat.

Für die Sauce:

300 g braune Champignons
 1 Zwiebel
 3 Knoblauchzehen
 300 ml Sahne
 100 g Butter
 300 ml Gemüsefond
 1 Spritzer Sojasauce
 1 EL Tomatenmark
 Neutrales Öl, zum Anbraten
 ½ Bund Petersilie
 2 Zweige Rosmarin
 2 Zweige Thymian
 3 Zweige Liebstöckel
 1 EL Majoran
 1 EL Paprikapulver
 1 EL Currypulver
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Eine Pfanne mit Öl erhitzen. Champignons putzen und würfeln. Zwiebeln und Knoblauch abziehen, feinwürfeln und alles zusammen anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.

Kräuter hacken. Sahne und Gemüsefond aufgießen, reduzieren lassen und mit den gehackten Kräutern, Sojasauce, Tomatenmark, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Currypulver und Majoran abschmecken. Zum Schluss zur Bindung eine Flocke Butter hinzugeben und servieren.

Für die Knöpfle:

2 Eier
 100 g Butter
 100 ml Mineralwasser
 200 g Mehl
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Eier, Mineralwasser, Mehl, Salz, Pfeffer und Muskatnuss in einer Schüssel kräftig verrühren, bis eine zähe Masse entsteht. Anschließend mit dem Kochlöffel fest schlagen, bis Blasen entstehen. Ruhen lassen.

Kurz vor dem Servieren den Teig in siedendes Wasser schaben. Knöpfle mit einer Schaumkelle herausnehmen, wenn sie oben schwimmen. Eine Pfanne mit Butter erhitzen und die fertigen Spätzle darin kurz schwenken.

Für den Salat: Cocktailtomaten halbieren. Zwiebel und Knoblauch abziehen und würfeln. Alles in eine Schüssel geben. Aus Weißweinessig, Balsamicocreme, Tomatenmark und Öl ein Dressing herstellen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Petersilie, Schnittlauch und Basilikum klein hacken und unterheben. Rucola zupfen und unterheben.

250 g Cocktailtomaten
50 g Rucola
½ Zwiebel
½ Knoblauchzehe
1 EL Weißweinessig
1 Msp. Balsamicocreme
3 EL Tomatenmark
2 EL neutrales Öl
¼ Bund Petersilie
¼ Bund Schnittlauch
2 Zweige Basilikum
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Christian Gebhardt

Gebratenes Kalbskotelett mit Steckrüben-Puffer und Spitzkohl in Senf-Sahne-Sauce

Zutaten für zwei Personen

Für das Kalbskotelett:

2 Kalbskoteletts à 250 g, ca. 2 cm dick
 2 Knoblauchzehen
 2 EL Butterschmalz
 100 ml weißer Portwein
 3 Zweige Rosmarin
 1 Zweig Thymian
 Salz, aus der Mühle
 Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine hitzebeständige Platte im Backofen vorwärmen.

Sollten die Kalbskoteletts einen Fettrand haben, diesen bis zum Fleisch einschneiden. Kalbskoteletts am Knochenrand einschneiden und einen Rosmarinzweig in den Schnitt drücken.

Eine Pfanne mit Butterschmalz erhitzen und Rosmarin, Thymian und die angebrückten Knoblauchzehen dazugeben.

Kalbskoteletts, beginnend mit dem Rand, für 2,5 bis 3,5 Minuten rundum anbraten. Anschließend salzen und pfeffern und für 10-15 Minuten im vorgeheizten Backofen gar ziehen lassen.

Überschüssiges Fett und die Gewürze aus der Pfanne entfernen. Mit dem Portwein ablöschen und leicht einreduzieren lassen.

Für den Spitzkohl:

1 kleiner Spitzkohl
 1 weiße Zwiebel
 250 ml Sahne
 100 ml Gemüsefond
 3 TL körniger Senf
 1 TL süßer Senf
 1 TL scharfer Senf
 3 EL Rapsöl
 1-2 TL Mehl
 ½ Bund Schnittlauch
 1-2 EL Zucker
 1 TL Kümmelsamen
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Vom Spitzkohl die äußeren Blätter entfernen, putzen, vierteln und den Strunk entfernen. Kohl in ca. 2 cm breite Streifen schneiden.

Zwiebel abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und beiseitestellen.

Öl in einem großen Topf erhitzen. Spitzkohl, Zwiebel und Kümmel darin andünsten. Zucker dazugeben und mit Salz und etwas Pfeffer würzen.

Mit dem Mehl bestäuben, dann Gemüsefond und Sahne angießen, kurz aufkochen lassen und 5 Minuten bei leichter Hitze schmoren. Senf einrühren und gegebenenfalls erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zum Servieren warmhalten. Vor dem Servieren den Spitzkohl mit dem Schnittlauch bestreuen.

Für die Puffer:

200 g Steckrüben
 200 g festkochende Kartoffeln
 1 Schalotte
 2 Eier
 1-2 EL Butterschmalz
 1 EL Walnussöl
 1-2 EL doppelgriffiges Mehl
 ½ TL Kümmelsamen
 1 TL feines Salz
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Steckrübe und Kartoffeln waschen und schälen. Steckrübe grob reiben und Kartoffeln fein reiben. Beides mit feinem Salz vermischen, in ein Sieb geben und zudecken. Nach ca. 10 Minuten beides in ein Küchentuch geben und die Flüssigkeit ausdrücken.

Schalotte abziehen und fein würfeln.

Alles in eine Schüssel geben und mit den Eiern, Kümmel, Mehl und dem Walnussöl gut vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Masse in Handballen große Puffer formen. Puffer für ca. 3-5 Minuten beidseitig goldbraun in Butterschmalz anbraten. Bis zum Servieren warmhalten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Annette Weiler

Hähnchenragout mit Tomaten, Spinat, Hühnerhaut-Chip und Pfannenbrot

Zutaten für zwei Personen

Für das Hähnchenragout mit Tomaten und Spinat:

300 g ausgelöste Hähnchenschenkel,
mit Haut
150 g Fleischtomaten
150 g Babyspinat
1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe
3 cm Ingwer
2 EL griechischer Joghurt
2 EL Frischkäse
Olivenöl, zum Anbraten
1 EL Cashewkerne
Mehl, zum Bestäuben
2 grüne Kardamomkapseln
1 EL gemahlener Kardamom
1 EL gemahlener Kurkuma
¼ TL gemahlenes Chilipulver
1 Prise Garam Masala
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Hühnerhaut-Chip:

Hühnerhaut, von oben
Salz, aus der Mühle

Für das Pfannenbrot:

25 g weiche Butter
90 ml Milch
Neutrales Pflanzenöl, zum Braten
2 TL heller Sesam
150 g Weizenmehl + Mehl, zum
Ausrollen
½ TL Backpulver
Salz, aus der Mühle

Für die Garnitur:

2 gelbe Blüten
Spinatblätter, von oben
Geröstete Cashewkerne, von oben

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Haut von den Hähnchenschenkeln entfernen und zur Seite legen. Hähnchenfleisch in Stücke schneiden, salzen und leicht mit Mehl bestäuben. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin anbraten. Zwiebel abziehen und fein hacken. Knoblauch abziehen und reiben, beides zum Fleisch geben. Ingwer schälen, reiben und zusammen mit Joghurt und den Gewürzen zum Fleisch geben. Alles erwärmen und zugedeckt etwa 12 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen. Fleischtomaten kreuzweise einritzen, kurz in kochendes Wasser geben, abschrecken und die Haut abziehen. Die gehäuteten und klein geschnittenen Tomaten zu dem Ragout geben und weitere 2 Minuten einkochen lassen. Spinat waschen und ebenfalls zum Ragout geben. Vorher einige Blätter für die Dekoration beiseitelegen. Ragout mit Frischkäse und Garam Masala abschmecken.

Kardamomkapseln vor dem Servieren entfernen.

Cashewkerne in einer beschichteten Pfanne leicht rösten und grob hacken.

Hühnerhaut im Backofen zu knusprigen Chips backen. Mit Salz würzen.

Alle Zutaten bis auf den Sesam mit dem Knethaken des Mixers zu einem glatten Teig verarbeiten und ca. 15 Minuten ruhen lassen.

Sesam kurz in einer Pfanne ohne Fett rösten und anschließend unter den Teig kneten.

Aus dem Teig zwei Fladen formen und diese in einer beschichteten Pfanne mit etwas Öl von jeder Seite ca. 3 Minuten goldbraun backen.

Blüten, Spinatblätter und geröstete Cashewkerne als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Matthias Reichelt

Hackbällchen mit Kartoffelecken, Knoblauch-Dip und Tomaten-Salsa

Zutaten für zwei Personen

Für die Hackbällchen:

200 g gemischtes Hackfleisch
 1 Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 1 Ei
 2 EL Tomatenmark
 2 EL Senf
 Neutrales Öl, zum Anbraten
 100 g Semmelbrösel
 1 Bund Petersilie
 Edelsüßes Paprikapulver, zum Würzen
 Chiliflocken, zum Würzen
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Kartoffeln:

200 g vorwiegend festkochende
 Kartoffeln
 Rosenscharfes Paprikapulver, zum
 Würzen
 Edelsüßes Paprikapulver, zum Würzen
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Salsa:

125 g gehackte Tomaten aus der Dose
 ½ rote Paprikaschote
 3 Essiggurken
 1 rote Zwiebel
 Balsamicoessig, zum Würzen
 Edelsüßes Paprikapulver, zum Würzen
 Chiliflocken, zum Würzen
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für dem Knoblauch-Dip:

4 Knoblauchzehen
 125 g Quark
 Olivenöl, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen. Petersilie fein hacken und mit den restlichen Zutaten vermengen. Kleine Hackbällchen formen und in einer Pfanne mit heißem Öl anbraten.

Kartoffeln waschen und in Wedges schneiden. Mit Öl, Salz, Pfeffer und Paprikapulver kurz marinieren und im Ofen ca. 20 Minuten backen.

Zwiebel abziehen und fein hacken. Paprika von Scheidewänden und Kernen befreien und fein hacken. Essiggurken ebenfalls hacken. Gehackte Tomaten mit Paprika, Essiggurken, Zwiebel, Balsamicoessig, Paprikapulver, Chiliflocken sowie Salz und Pfeffer vermengen.

Knoblauch abziehen, fein hacken und in einer Schüssel mit dem Quark, Olivenöl sowie Salz und Pfeffer vermengen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Ingrid Puchegger

Paprika-Hendl mit Nockerl und Gurkensalat

Zutaten für zwei Personen

Für das Hendl:

2 Hühneroberkeulen, mit Knochen und Haut
200 ml Hühnerfond
Neutrales Öl, zum Anbraten

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Hühnerfond aufkochen. Eine Pfanne mit Öl erhitzen. Oberkeulen auf beiden Seiten scharf anbraten. Mit der Hautseite nach oben in eine feuerfeste Form geben, mit aufgekochtem Fond aufgießen und für 25 Minuten in den Backofen geben.

Für die Nockerln:

2 Eier
20 ml Milch
1 EL Butterschmalz
85 g glattes Mehl
85 g griffiges Mehl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ein Ei trennen und das Eigelb auffangen. Ein Eigelb, ein Vollei, Milch, beide Mehlsorten sowie Salz und Pfeffer zu einem Teig verrühren und kurz ruhen lassen.

Durch ein Nockerlsieb in kochendes, gesalzenes Wasser schaben und warten, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Danach abseihen und kalt abschrecken. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Nockerln darin schwenken und warmhalten.

Für die Paprikasauce:

3 rote Paprikaschoten
1 rote Zwiebel
2 Knoblauchzehen
2 EL Mascarpone
200 ml Hühnerfond
2 EL dunkler Balsamicoessig
1 EL Tomatenmark
Neutrales Öl, zum Braten
1 EL Speisestärke
1 EL Mehl
1 EL edelsüßes Paprikapulver
1 EL geräuchertes Paprikapulver
Cayennepfeffer, zum Würzen
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Paprika von Scheidewänden und Kernen befreien. Zwiebel und Knoblauch abziehen. Knoblauch, Zwiebel und Paprika klein schneiden und in einer Pfanne mit Öl anschwitzen. Tomatenmark dazugeben und mitrösten. Mit Mehl bestäuben. Paprikapulver und Cayennepfeffer hinzugeben, mit Balsamicoessig ablöschen und mit Hühnerfond aufgießen. Eine Weile köcheln lassen. Anschließend mit einem Pürierstab mixen und durch ein Sieb passieren. Sauce mit Salz und Pfeffer würzen und mit Mascarpone verfeinern. Bei Bedarf mit Speisestärke abbinden. Oberkeulen aus dem Ofen in die Sauce legen und ziehen lassen.

Für den Salat:

½ Gurke
1 Knoblauchzehe
3 EL Apeflessig
3 EL Olivenöl
1TL Senf
2 Zweige Dill
1TL Zucker
1 Prise Salz
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gurke schälen und in feine Scheiben hobeln, salzen und pfeffern. Dill hacken. Knoblauch abziehen und pressen. Aus Senf, Zucker, Essig und Öl eine Marinade herstellen. Ggf. etwas Wasser untermischen. Eine gepresste Knoblauchzehe und gehackten Dill hinzufügen und mit den Gurkenscheiben vermengen und anrichten.

Für die Garnitur: Schnittlauch hacken und zusammen mit Sauerrahm als Garnitur verwenden.
1 EL Sauerrahm
½ Bund Schnittlauch

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.