

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 09.06.2025** ▪
Leibgericht mit Mario Kotaska



Margitta Kröger

Zanderfilet mit Zitronen-Kerbel-Butter, Kartoffelstampf, Schinken-Chip und Gurkensalat

Zutaten für zwei Personen

Für das Zanderfilet:

2 Zanderfilets à 160 g, mit Haut
 2 EL Butter
 2 EL Sonnenblumenöl
 1 EL Mehl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 110 Grad Umluft vorheizen.

Fischfilets trocken tupfen, Haut einritzen und von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Hautseite mit Mehl bestäuben und das überschüssige Mehl gut abklopfen. In einer Pfanne Sonnenblumenöl erhitzen. Fisch ca. 2 Minuten bei mittlerer Hitze auf der Hautseite kross und goldbraun anbraten. Am Ende die Butter dazugeben und schmelzen lassen.

Für die Zitronen-Kerbel-Butter:

1 Zitrone, Abrieb
 125 g Butter
 1 Bund Kerbel
 Salz, aus der Mühle

Butter in einem Topf erwärmen. Kerbel abbrausen, trocken wedeln und die Blättchen von den Stielen zupfen. Zitronenschale und Kerbel in die Butter geben. Mit Salz abschmecken.

Für den Kartoffelstampf:

500 g mehligkochende Kartoffeln
 200 ml Milch
 50 g Butter
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in Salzwasser weichkochen. Kartoffeln abgießen und im heißen Topf gut ausdampfen lassen. Milch in einem Topf erhitzen. Zusammen mit der Butter zu den Kartoffeln geben und alles mit einem Kartoffelstampfer grob zerdrücken. Mit Salz und etwas geriebener Muskatnuss würzen.

Für den Schinkenchip:

2 Scheiben Ibérico-Schinken
 4 Zweige Thymian

Schinkenscheiben nebeneinander auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Thymianblättchen vom Zweig ziehen und mit einem Messer grob zerhacken. Den gehackten Thymian über die Schinkenscheiben verteilen. Die Schinkenscheiben im Backofen bei für 25 Minuten kross backen.

Für den Gurkensalat:

1 Salatgurke
 1 Zitrone, Saft & Abrieb
 200 ml saure Sahne
 100 ml Schlagsahne
 100 ml Sonnenblumenöl
 1 Bund Dill
 1 Prise Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gurke schälen und mit der groben Seite einer Vierkantreibe raspeln. Salz, Pfeffer und Zucker nach Geschmack hinzugeben.

Saure Sahne und Schlagsahne mischen und hinzufügen. Dill hacken und zugeben. Mit Zitronensaft, -abrieb und Sonnenblumenöl abschmecken.

Für die Garnitur: Zitrone in Scheiben schneiden. Kerbel waschen und Blättchen zupfen.
½ Zitrone, Scheiben
4 Zweige Kerbel

Das Gericht auf Tellern anrichten und mit dem Schinkenchip garnieren. Etwas Zitronen-Kerbel-Butter darauf verteilen. Den Rest der Butter in der Sauciere dazu reichen. Mit Kerbel und Zitrone garnieren. Gurkensalat extra reichen.



Laut WWF ist es ratsam **Zander** aus folgenden Fanggebieten zu kaufen
(Stand: Mai 2025):

- 1. Wahl: Dänemark, Deutschland, Niederlande, Schweiz, Aquakultur: geschlossene Kreislaufanlage
- 1. Wahl: Peipsi-See (Estland und Russland), Wildfang: Stellnetze-Kiemennetze, Umschließungsnetze (Ringwaden), Reusen (Fallen)



Johannes Börnert

Kräuterspätzle mit glasierten Tomaten, Schmelzzwiebeln, Speckwürfeln und Bergkäseschaum

Zutaten für zwei Personen

Für die Kräuterspätzle:

2 Eier
200 g doppelgriffiges Spätzlemehl
20 g Petersilie
20 g Basilikum
20 g Oregano
50 ml Sprudelwasser
5 g Salz
Salz, aus der Mühle

Die Kräuterblätter von den Stielen abzupfen. Mit den Eiern und 5 g Salz in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer fein mixen.

Mehl in eine Schüssel geben, die Kräuter-Eier-Mischung sowie Sprudelwasser hinzufügen und mit einem Holzlöffel zu einem Spätzleteig schlagen. Einen flachen Topf mit Wasser und Salz aufsetzen und zum Kochen bringen. Spätzle mit dem Spätzlebrett und Schaber in das kochende Wasser hineinschaben. Die Spätzle kurz kochen lassen, dann rauschöpfen, in einem Sieb auffangen, abschrecken und beiseitestellen.

Für die glasierten Tomaten:

8 kleine Cocktailtomaten
1 EL Butterschmalz
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Etwas Butterschmalz in einem kleinen Topf auslassen, Tomaten hineingeben, schwenken und erwärmen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Schmelzzwiebeln und Speckwürfel:

100 g geräucherter Schinkenspeck
2 große Zwiebeln
1 EL Butterschmalz
1 EL brauner Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zwiebeln abziehen und in feine Streifen schneiden. Speck in kleine Würfel schneiden. In einer heißen Pfanne Butterschmalz erhitzen. Zwiebeln goldbraun andünsten, etwas Zucker dazugeben und leicht karamellisieren lassen. Speckwürfel dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Vor dem Servieren die abgetropften Spätzle zu der Zwiebel-Speckmasse geben, aufwärmen und gut vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Bergkäseschaum:

2 Schalotten
100 g Allgäuer Bergkäse
400 ml Sahne
60 ml Weißwein
1 TL neutrales Pflanzenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

200 ml Sahne in einem kleinen Topf einkochen lassen.

Schalotten abziehen und in kleine Würfel schneiden, in einem Topf mit Öl anschwitzen, mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Dann 200 ml frische Sahne und die eingekochte Sahne zufügen und zusammen aufkochen. Den Bergkäse in kleine Würfel schneiden und 70 g in die Sahnemischung geben. Restlichen Käse für die Garnitur nutzen. Vom Herd ziehen und einrühren, einige Minuten ziehen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Mischung durch ein Sieb passieren, und mithilfe eines Trichters die Bergkäsesauce in einen Sahnenspender füllen, begasen, schütteln und warmhalten.

Für die Garnitur:

Allgäuer Bergkäse, von oben
1 Zweig Petersilie

Bergkäse reiben. Petersilienblätter abzupfen.

Tiefe Teller im Ofen bei ca. 60 Grad warmhalten. Das Gericht anrichten und mit den Tomaten, Kräuterblättern und geriebenem Bergkäse garnieren. Den Bergkäseschaum um das Gericht spritzen und sofort servieren.



Judith Wenzina

Topfen-Nougat-Knödel mit Butterbröseln, Waldbeerenröster und Eierlikör-Sahne

Zutaten für zwei Personen

Für die Topfen-Nougat-Knödel:

8 Nougat-Konfekt
250 g Quark
1 Ei
70 g zimmerwarme Butter
70 g Mehl, Type 700 + Mehl zum
Wälzen
70 g Weizengrieß
1 Prise Salz

Den Quark mit Mehl, Weizengrieß, Ei, Salz und weicher Butter mit dem Handrührgerät zu einem homogenen Teig verarbeiten. Den Teig um das Nougat wickeln und im leicht siedenden Wasser für 8-10 Minuten kochen. Danach herausnehmen und die Knödel in den Butterbrösel schwenken (s.u.).

Für die Butterbrösel:

250 g Semmelbrösel
5 EL Butter

Semmelbrösel in geschmolzener Butter langsam braun rösten.

Für den Waldbeerenröster:

300 g TK-Waldbeeren
½ Zitrone, Saft
250 ml Johannisbeersaft
1 Schuss Rum
30 g Vanillepuddingpulver
100 g Kristallzucker
1 EL Vanillezucker

Kristallzucker mit einem Schuss Rum, dem Saft einer halben ausgepressten Zitrone und dem Johannisbeersaft aufkochen. Vanillezucker und Vanillepuddingpulver einrühren und bei geringer Hitzeiterrühren, bis eine homogene Masse entsteht. Angetaute TK-Beeren hinzugeben.

Für die Eierlikör-Sahne:

250 ml Sahne
5 EL Eierlikör
1 Päckchen Vanillezucker

Sahne mit Vanillezucker aufschlagen und den Eierlikör einrühren.

Für Garnitur:

1 Zweig Minze
2 EL Puderzucker

Minze waschen und trockenwedeln.

Die Topfen-Nougat-Knödel auf einem Waldbeeren-Spiegel anrichten, eine Nocke aus der Eierlikör-Sahne formen und dazugeben. Mit Staubzucker bestreuen und Minze garnieren.



Max Pirch

Barbarie-Entenbrust mit Orangensauce, Pastinakenpüree und Butter-Möhren

Zutaten für zwei Personen

Für die Barbarie-Entenbrust:

2 Barbarie-Entenbrüste, weiblich, mit Haut
1 Zweig Thymian
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Haut der Entenbrüste mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden. Beide Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne ohne Öl mit Thymian stark erhitzen, Entenbrüste mit der Hautseite nach unten hineinlegen und ca. 2 Minuten braten, bis sie goldbraun und knusprig sind. Das ausgelassene Fett in einer Schale aufbewahren. Entenbrüste im Backofen 13 Minuten bis zu einer Kerntemperatur von 59 Grad garen. Entenbrüste aus dem Ofen nehmen, kurz ruhen lassen und in Scheiben schneiden.

Für die Orangen-Sauce:

4 Orangen, Filets & Saft
4 EL Ahornsirup
500 ml Geflügelfond
100 ml Gemüsefond
1 EL weißer Balsamicoessig
1 EL Stärke
2 Zweige Beifuß

Orangen gründlich waschen und schälen. Orangenfilets herausschneiden. Den Rest der Orange auspressen, um den Saft zu gewinnen. In die Entenbrust-Pfanne den Ahornsirup geben und schäumen lassen. Orangensaft dazugeben und leicht einkochen lassen. Falls die Sauce zu dick wird, etwas Gemüsefond unterrühren. Stärke und Beifuß dazu geben. Sauce durch ein feines Sieb passieren und die Hälfte der Orangenfilets unterrühren.

Für das Pastinakenpüree:

3 Pastinaken
1 Zwiebel
50 ml Sahne
2 EL Butter
100 ml Gemüsefond
1 EL weißer Balsamicoessig
Salz, aus der Mühle

Pastinaken schälen und in grobe Würfel schneiden. Zwiebel abziehen, grob würfeln, in einer Pfanne anbraten und salzen. Mit Balsamico ablöschen. Sahne und Gemüsefond dazugeben. Mit geschlossenem Deckel etwa 20 Minuten schmoren lassen. Anschließend pürieren und mit Salz abschmecken.

Für die Butter-Möhren:

200 g Babymöhren, mit Grün
1 EL Butter

Möhren schälen. Möhren in kochendem Wasser 2 Minuten blanchieren. Danach abgießen und in einer Pfanne mit Butter schwenken.

Für die Garnitur:

1 Zweig Thymian
Weiße und rote essbare Blüten

Gericht mit Thymian und Blüten garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Verena Lehmann

Frikadellen mit Kartoffelpüree, Schmelzzwiebeln und buntem Salat

Zutaten für zwei Personen

Für die Frikadellen:

300 g gemischtes Hackfleisch
 1 kleine Zwiebel
 2 Scheiben Toastbrot
 1 Ei
 100 ml Milch
 1 EL Butterschmalz
 1 TL Senf
 1 TL Sambal Oelek
 Neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
 50 g Paniermehl
 2 TL edelsüßes Paprikapulver
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel abziehen und in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne mit etwas neutralem Pflanzenöl andünsten. Toastbrot in Würfel schneiden und in warmer Milch einweichen.

Hackfleisch in eine Schüssel geben, Ei, Sambal Oelek, Senf und Gewürze hinzugeben. Toastbrot ausdrücken und zum Hackfleisch geben. Zwiebel hinzugeben. Nach Bedarf Paniermehl dazu geben und vermengen. Die Hackfleischmasse zu Frikadellen formen und in der Pfanne mit Butterschmalz braten.

Für das Kartoffelpüree:

500 g vorwiegend festkochende
 Kartoffeln
 150 g Butter
 Muskatnuss, zum Reiben
 1 Prise Salz

Kartoffeln schälen und in reichlich Salzwasser garkochen. Kurz ausdampfen lassen und anschließend durch die Kartoffelpresse geben. Kartoffelmasse mit Butter vermengen. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken.

Für die Schmelzzwiebeln:

2 Gemüsezwiebeln
 1 EL Butter
 1 TL edelsüßes Paprikapulver
 1 Prise Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebeln abziehen und in Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne auslassen und die Zwiebeln dazu geben. Mit Salz, Pfeffer, Paprika und einer Prise Zucker würzen und auf niedriger Stufe braten.

Für den bunten Salat:

1 Salatherz vom Kopfsalat
 ½ Salatgurke
 6 Tomaten an der Rispe

Salat waschen und kleinschneiden. Gurke und Tomate waschen und kleinschneiden.

Für das Salatdressing:

½ Limette, Saft
 100 ml Sonnenblumenöl
 50 ml weißer Balsamicoessig
 1 TL Senf
 2 TL Honig
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Limette auspressen. Alle Zutaten in eine hohe Schüssel geben und mit dem Stabmixer aufmontieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Daniel Nydegger

Rosa gebratenes Lammkarree mit Thymian-Aprikosen-Creme, Zhug-Paste, Kartoffel-Sellerie-Stampf und glasierten Karotten

Zutaten für zwei Personen

Für das Lammkarree:

1 Lammkarree à 350 g
50 g Butter
2 EL Olivenöl
½ Bund Thymian
1 TL Koriandersaat
1 TL Fenchelsaat
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 140 Grad Umluft vorheizen.

Lammkarree parieren. In einer heißen Pfanne von allen Seiten in Olivenöl mit Thymian scharf anbraten. Koriandersaat und Fenchelsaat im Mörser zerkleinern. Lammkarree mit der Würzmischung und Pfeffer würzen.

Lammkarree mit einem Fleischthermometer auf ein Ofengitter legen und bei 140 Grad bis zu einer Kerntemperatur von 62 Grad ziehen lassen.

Wenn die Kerntemperatur erreicht ist, das Lammkarree bei offenem Backofen ruhen lassen oder, je nach Zeit, aus dem Ofen nehmen und auf dem Brett ruhen lassen. Anschließend tranchieren.

Für die Creme:

1 rote Peperoncini
60 g getrocknete Aprikosen
½ Bund Thymian
Salz, aus der Mühle

Thymian in 200 ml heißem Wasser einlegen und ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Die getrockneten Aprikosen und die Peperoncini in ein hohes Gefäß geben und mit dem Thymianwasser übergießen. Ein paar Thymianblätter dazugeben. Die Masse pürieren, bis eine Paste entsteht.

Für die Paste:

1 rote Peperoncini
1 Knoblauchzehe
1 Kurkumawurzel
½ Zitrone, Saft & Abrieb
½ Bund Koriander
½ Bund glatte Petersilie
2 grüne Kardamomkapseln
½ TL Kreuzkümmel
1 Gewürznelke
½ TL Zucker
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kardamom mit der breiten Seite eines Messers andrücken, Samen auslösen. Mit Kreuzkümmel, Nelke, Salz und Zucker im Mörser fein zerstoßen.

Knoblauch abziehen. Koriander, Petersilie, Peperoncini und Knoblauch grob hacken.

Alles in ein Gefäß geben. Kurkuma reiben und dazugeben. Olivenöl und Zitronensaft hinzugeben und alles in einem Multizerkleinerer grob zerkleinern. Mit Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Stampf:

250 g vorwiegend festkochende
Kartoffeln
250 g Knollensellerie
½ Knoblauchzehe
50 g Butter
100 ml Milch
½ TL Kreuzkümmel
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Wasser, Salz und Kreuzkümmel in einem Topf aufkochen. Kartoffeln und Sellerie schälen und in kleine Stücke schneiden. Zugedeckt ca. 25 Minuten kochen und abschließend abgießen.

Butter in einem Topf erwärmen, bis sie zur Nussbutter wird. Milch hinzugeben, mit Muskatnuss, weißem Pfeffer und Salz abschmecken. Kartoffeln und Sellerie hinzugeben und alles zu grob zerstampfen. Abschmecken und warm stellen.

Für die Karotten: Orange auspressen. Kardamomkapseln aufbrechen. Orangensaft in die bereits benutzte Pfanne pressen und erhitzen. Einen Teil der Butter dazugeben, sowie die aufgebrochene Kardamomkapsel. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Karotten schälen und die Pfanne geben. Zugedeckt ca. 10 Minuten auf niedriger Temperatur köcheln lassen. Deckel entfernen und noch weitere 5 Minuten reduzieren. Den Rest der Butter hinzugeben und die Karotten mit dem Saft in der Pfanne arrosieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.