▪ Die Küchenschlacht – Menü am 02. November 2023 ▪
Tagesmotto "Kohl" mit Robin Pietsch

Eli John

Dreierlei Blumenkohl mit Haselnuss-Zartbitter-Ganache, Orangensauce und Rinderfilet

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch:
400 g Rinderfilet, Zimmertemperatur
4 EL Butterschmalz, zum Braten
2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian
½ TL Salz
½ TL weißer Pfeffer

Den Ofen auf 110 Grad Heißluft vorheizen.
Rinderfilet in 3-5 cm ca. 150-200 g große Stücke schneiden. Diese mit einem Band umwickeln. Jede Seite scharf in Butterschmalz mit Kräutern anbraten, herausnehmen, in Alufolie einwickeln und mit Salz und Pfeffer würzen und bei 80-90 Grad ca. 17 Minuten im Ofen garen lassen bis zu einer Kerntemperatur von 57 Grad. Rausnehmen und kurz ruhen lassen.

Für den Blumenkohl:
2 große Köpfe Blumenkohl
200-400 ml Milch
30 g Goudakäse
20 g Bergkäse
½ Bund glatte Petersilie
Olivenöl, zum Braten
Butterschmalz, zum Braten
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Blumenkohl waschen, Blätter und Strunk entfernen und einen Kohl in Röschen teilen. Den anderen in dünne Scheiben schneiden. Milch in einem Topf aufkochen, 250 g Blumenkohl dazugeben und bei niedriger bis mittlerer Hitze 10–15 Minuten weich garen. Kohl abgießen, dabei die Milch auffangen und mit dem Stabmixer fein pürieren. So viel Milch angießen, bis das Püree cremig wird. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken
Blumenkohlscheiben in einer Pfanne mit Öl braten. Etwas Käse darüber hobeln und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Warmhalten in einen Ofen stellen. Den restlichen Blumenkohl auf dem Trüffelhobel in dünne Scheiben schneiden. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Blumenkohlscheiben darin goldbraun braten. Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen. Petersilie feinhacken und Blumenkohl damit bestreuen.

Für die Sauce:
200 ml Orangensaft
1 Sternanis
3 EL Zucker
Salz, aus der Mühle

Zucker in einer beschichteten Pfanne ohne Fett karamellisieren. Mit dem Orangensaft ablöschen und den Sternanis hinzufügen. Flüssigkeit bei mittlerer Hitze auf die Hälfte der Menge einkochen. Mit etwas Salz abschmecken.

Für die Ganache:
100 g Zartbitterschokolade, mind. 50%
1 Orange, Abrieb
1 EL Orangenlikör
50 g eiskalte Butter
3 EL Haselnussöl

Schokolade mit einem Messer fein hacken und die Butter in Würfel schneiden. Beides zusammen mit ca. 3 Esslöffel Orangenabrieb und dem Likör in einer Metallschüssel über einem heißen Wasserbad schmelzen, dabei mit einem Schneebesen ständig rühren. Wenn die Zutaten verbunden sind, die Schüssel aus dem Wasserbad heben und das Haselnussöl in einem feinen Strahl unter ständigem Rühren einlaufen lassen. Schokoladencreme in eine Form gießen und im Kühlschrank kaltstellen, bis die Masse leicht fest wird. Ganache aus der Form stürzen und nach Belieben in entsprechend große Stücke teilen.

Die Ganache auf die Teller verteilen, einen Klecks Blumenkohlpüree daneben anrichten und einige Scheiben gebratener Blumenkohl anlegen. Das Ganze mit der Orangensauce beträufeln und mit Orangenzeste garniert servieren.