

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 30. November 2020** ▪
Jahresfinale ▪ "13 Zutaten" mit Johann Lafer



Miriam Fischer

Kalbsrücken mit Portwein-Sauce an Püree und Crumble vom Blumenkohl

Zutaten für zwei Personen

13 Zutaten: Neben Wasser, neutralem Öl, Salz und Pfeffer wählte Miriam: Kalbsrücken, Blumenkohl, Romanesco, Kapern, Schalotten, Roten Portwein, Rinderfond, Sahne, Panko, Mandelblättchen, Speisestärke, Braunen Zucker, Rohmilchbutter

Für den Kalbsrücken: Den Ofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Fleisch waschen, trockentupfen, salzen und in der Pfanne von allen Seiten scharf anbraten. Fleisch auf ein Rostgitter legen und bei einer Niedergartemperatur von 180 Grad außen und von 62 Grad innen fertig garen. Danach in einer Pfanne in etwas brauner Butter scharf anbraten.

Für die Portwein-Sauce: Schalotten abziehen, klein schneiden und in der Pfanne, in der das Kalb angebraten wurde, in Öl dunkel anschwitzen. Zucker dazugeben, karamellisieren lassen, mit Portwein ablöschen und etwas einkochen lassen. Mit Rinderfond auffüllen. Sauce solange reduzieren lassen, bis die Sauce kräftig genug schmeckt. Abpassieren. Mit etwas Stärke binden und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Für die braune Butter: Butter in einem Topf erhitzen bis diese braun wird. Dann durch ein Mulltuch abseihen.

Für das Blumenkohlpuée: Blumenkohl zerkleinern und mit Sahne in einen Topf geben und bei mittlerer-starker Hitze aufkochen, dann die Hitze auf schwache Stufe stellen und den Blumenkohl köcheln lassen bis er weich ist. Abgießen und die Flüssigkeit auffangen. Blumenkohl im Mixer pürieren, dabei esslöffelweise Kochflüssigkeit zugeben bis ein glattes Püree entstanden ist. Braune Butter unterrühren und mit Salz abschmecken.

Für den Blumenkohl-Crumble: Blumenkohl im Multi-Zerkleinerer zerkleinern. Mit Mandeln und Panko mischen. Butter in einer Pfanne erhitzen, Blumenkohl-Panko Mischung hinzugeben und krossbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- ¼ Blumenkohl
- 2 EL Panko
- 2 EL Mandelblättchen
- Etwas Rohmilchbutter
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Romanesco in kleine Röschen zerteilen und in Salzwasser blanchieren. Dann in Eiswasser abkühlen. In brauner Butter erwärmen und salzen.

- ½ Romanesco
- 2 EL Kapern
- Eiswasser
- 2 EL Rohmilchbutter
- Salz, aus der Mühle

Die Sauce auf dem Teller auf der rechten Seite mittig rund aufgießen. Das Fleisch in Tranchen aufschneiden und an die Sauce legen. Püree daneben in einem Halbkreis aufspritzen und dazwischen den Crumble setzen. In jeden Blumenkohl Tupfer eine Romanesco Spitze setzen. Kapern halbieren und je eine halbe Kaper auf den Crumble legen und servieren.