

| Die Küchenschlacht - Menü am 14. Dezember 2016 | *Adventlicher Warenkorb mit Alfons Schuhbeck*



Adventlicher Warenkorb: „Fasanenbrust im Speckmantel mit Rotweinsauce, Rahm-Wirsing und Polenta-Rauten“ von Gerry Wrede

Zutaten für zwei Personen

Für die Fasanenbrust im Speckmantel:

2 Fasanenbrüste
10 Scheiben Tiroler Speck
30 ml Sonnenblumenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Rotweinsauce:

50 g eiskalte Butter
1 rote Zwiebel
150 ml Rotwein
75 ml Geflügelfond
1 EL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Wirsing:

1 kleiner Wirsing
2 EL Walnusskerne
200 g Sahne
40 g kalte Butter
1 Msp. Chili, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Polenta:

100 g Polenta
75 g Pecorino
200 ml Gemüsefond
neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung



Den Ofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Geflügel die Fasanenbrüste waschen, trockentupfen, je fünf Scheiben Tiroler Speck auf eine Frischhaltefolie legen, die Fasanenbrüste nur auf der Hautseite salzen und pfeffern und fest in den Speck einrollen. Dann kurz von allen Seiten mit den Gewürzen in einer Pfanne mit Öl anbraten und circa zehn Minuten Ofen geben.

Für die Sauce Zwiebel abziehen, fein würfeln, Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen und die Zwiebel dazugeben. Mit Rotwein ablöschen. Salz und Pfeffer hinzugeben und reduzieren lassen. Fond angießen und kräftig aufkochen lassen. Sauce durch ein Sieb in passieren und in einem kleinen Topf mit kalter Butter aufmontieren.

Für die Polenta Fond aufkochen, Gewürze beimengen und die Polenta vorsichtig einrühren und alles unter ständigem Rühren unter reduzierter Hitze kochen. Den gehobelten Pecorino unterrühren. Das Ganze dann mit einem nassen Messer auf geöltes Backpapier streichen und in den Kühlschrank zum Auskühlen stellen. Wieder rausnehmen, die Polenta in Rauten schneiden und in heißem Öl von beiden Seiten knusprig braten.

Für das Gemüse den Wirsing putzen, in einzelne Blätter teilen, die Blattrippen entfernen und halbieren. Blätter in köchelndem Salzwasser einige Minuten bissfest blanchieren, in ein Sieb abgießen und mit eiskaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Das überschüssige Wasser aus den Blättern drücken und in Rauten schneiden.

Wirsing mit Sahne in einer Pfanne erhitzen, Butter unterrühren und zerlassen. Wirsing mit Salz, etwas Chilipulver und Muskatnuss abschmecken. Nach Belieben mit grob gehackten Walnüssen bestreuen.

Die Fasanenbrust im Speckmantel mit Rotweinsauce, Rahm-Wirsing und Polenta-Rauten auf Tellern anrichten und servieren.



Adventlicher Warenkorb: „Gebackene Rote Bete im Walnuss-Gewürzmantel mit karamellisierten Speck-Birnen und Wildkräutersalat“ von Jenny Höhne

Zutaten für zwei Personen

Für die Rote Bete:

4 Knollen	Rote Bete
1	Knoblauchzehe
2 EL	Weißweinessig
2 EL	Zucker
4 EL	Olivenöl
¼ TL	feines Salz

Für die Panierung:

2 EL	Gewürzbrot
200 ml	Wasser
4 EL	Mehl
2 EL	Speisestärke
6 EL	Walnusskerne
1 TL	Backpulver
1 TL	Lebkuchengewürz
½ TL	feines Salz

Für den Salat:

150 g	Feldsalat
50 g	Wildkräutermischung
2 EL	Walnüsse
1	Schalotte
3 EL	Weißweinessig
4 EL	neutrales Pflanzenöl
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Speckbirnen:

1	Nashi-Birne
5 Scheiben	Tiroler Speck
1 Prise	Zucker

Zubereitung

Den Ofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Öl in der Fritteuse erhitzen.

Für die Rote Bete diese schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Mit Öl, Essig, Zucker, Knoblauch und Salz mischen, auf einem Backblech verteilen und im Ofen circa 20 Minuten garen.

Salat putzen und waschen. Für das Dressing Schalotten abziehen, fein hacken und mit Öl, Essig Salz und Pfeffer verquirlen. Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett goldgelb rösten.

Das Brot mit den Walnusskernen in der Moulinette zerkleinern und mit Wasser, Mehl, Stärke, Backpulver, Lebkuchengewürz und Salz zu einem glatten Teig verrühren.



Für die Speckbirne die Birne in Spalten schneiden und mit dem Tiroler Speck umwickeln. Im vorgeheizten Backofen auf einem Blech circa zehn Minuten garen, bis der Speck knusprig ist. Etwas Wasser und Zucker in eine Pfanne geben und rühren, bis Karamell entsteht. Die Birne am Ende kurz durch die Pfanne ziehen.

bis an einem hineingehaltenen Holzlöffel kleine Bläschen hochsteigen. Hitze etwas zurückschalten.

Die abgekühlten Rote-Bete-Stücke leicht mit Mehl bestäuben und durch den Backteig ziehen. Mit einer Gabel herausholen, etwas abtropfen lassen und im heißen Fett knusprig ausbacken. Mit einer Schaumkelle herausholen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Salat mit dem Dressing mischen und sofort mit der frisch gebackenen Roten Bete, den gerösteten Nüssen und den Speckbirnen servieren.



Adventlicher Warenkorb: „Marinierte Fasanenbrust mit Rote-Bete-Birnen-Sauce, Rotwein-Schalotten und frittierten Polenta-Bällchen“ von Zohre Shahi

Zutaten für zwei Personen

Für das Geflügel:

2	Fasanenbrüste
1	Zwiebel
1	Zitrone, davon 1 EL Saft
1 EL	Olivenöl, zum Anbraten
½ TL	Meersalz
¼ TL	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Sauce:

5	Schalotten
30 ml	Rotwein
1 EL	Zucker
20 ml	Sonnenblumenöl
	grobes Meersalz, zum Abschmecken

Für das Püree:

100 g	vorgekochte Rote Bete
100 g	Nashi-Birnen
1 EL	Zucker
½ TL	grobes Meersalz

Für die Polenta:

4 EL	Polenta
20 g	Pecorino
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
10	Walnusskerne
30 ml	trockener Weißwein
50 ml	Milch
50 ml	Sahne
1	Ei
2 EL	Mehl
2 EL	Stärke
1 TL	Backpulver
1 TL	Zucker
50 g	Butter
½ TL	Lebkuchengewürz
30 ml	Sonnenblumenöl
3 TL	Meersalz
½ TL	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

50 g	Feldsalat
1	Zitrone, davon 1 EL Saft
1 EL	Olivenöl
1 Prise	grobes Meersalz



Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Für die Marinade die Zwiebel abziehen und fein reiben. Mit Meersalz, Pfeffer, Olivenöl und Zitronensaft vermischen. Fasanenbrustfilet darin einlegen und zur Seite stellen.

Für das Püree Rote Bete und Nashi-Birne schälen, klein schneiden mit Zucker, Meersalz und 200 Milliliter Wasser zum Kochen bringen, für 20 Minuten leicht kochen lassen. Mit einem Stabmixer pürieren.

Schalotten in einer Pfanne mit Öl, Rotwein, Zucker und einer Prise Meersalz 20 Minuten köcheln lassen. Dabei gelegentlich umrühren.

Für den Wirsing in einem großen Topf einen Liter Wasser mit zwei Teelöffel Meersalz und Geflügelfond zum Kochen bringen. Drei Wirsingblätter darin für zehn Minuten weichkochen und zur Seite stellen. Garwasser aufheben. Zwiebeln und Knoblauch abziehen, fein hacken, mit 30 Milliliter Öl glasig braten. Walnüsse grob hacken und dazugeben. Mit Lebkuchengewürz und Zucker würzen, anbraten und zur Seite stellen.

Für die Garnitur den Feldsalat kurz waschen und trockenschleudern. Mit einer Prise Meersalz und Pfeffer, einem Esslöffel Olivenöl und einem Esslöffel Zitronensaft abschmecken und kurz ruhen lassen

Kurz vor dem Servieren in einer Pfanne die Fasanenbrust nochmal scharf anbraten

In einem weiteren Topf Milch, Sahne, Butter, Meersalz, Pfeffer und Polenta unter ständigem Rühren zum Kochen bringen. 20 Gramm Pecorino reiben, dazugeben, nach zwei Minuten von der Kochstelle nehmen und abkühlen lassen. Das Ei trennen und in einer Schüssel Mehl, Stärke, Backpulver und ein Eigelb vermischen. Polenta hinzufügen und zu einem homogenen Teig kneten. Den Teig aufrollen, mit Walnuss-Zwiebel Mischung füllen und verschließen. Im Wirsing-Kochwasser drei Minuten sprudelnd kochen. Die Taschen mit einem Wirsingblatt umhüllen und in einer Pfanne mit Butter anbraten. Mit Weißwein ablöschen.

Die marinierte Fasanenbrust mit Rote-Bete-Birnen-Püree und Wirsing-Polenta auf Tellern anrichten und servieren.



Adventlicher Warenkorb: „Winterlicher Fasanen-Wirsing-Wrap“ von Tobias Hinkel Birnen-Walnuss-Feldsalat mit

Zutaten für zwei Personen

Für den Salat:

150 g	Feldsalat
80g	Walnusskerne
3 Knollen	vorgegarte Rote Bete
2	Nashi-Birnen
80 g	Pecorino
2 EL	Geflügelfond
3 EL	Weißweinessig
25 g	Butter
1 TL	Zucker
1 Msp.	Lebkuchengewürz
5 EL	neutrales Öl
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Füllung:

1	Fasanenbrust mit Haut à 170 g
100 g	Tiroler Speck
1	Wirsing
3 EL	Olivenöl
1 TL	Zucker
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Mayonnaise:

150 ml	neutrales Öl
1	Knoblauchzehe
¼	Zitrone, davon den Saft
1 TL	Senf
1 TL	Zucker
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Crêpes:

250 ml	Milch
2	Eier
125 g	Mehl
25 g	Butter

Zubereitung

Den Ofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Crêpes Mehl, Milch und Eier in ein hohes Gefäß geben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und mit dem Stabmixer zu einem glatten Teig verrühren. Etwas Butter in einem Stieltopf zerlassen und zugeben. Fünf Minuten quellen lassen.



Die Fasanenbrust in Olivenöl zunächst von der Hautseite anbraten, mit Salz, Pfeffer und einem angeprügelten Knoblauch aromatisieren. Anschließend mit der Hautseite nach oben in den vorgeheizten Ofen geben und zu Ende garen.

Inzwischen Wirsing putzen, waschen und den harten Strunk herausschneiden. Sechs Blätter ablösen und für vier Minuten in kochendes Salzwasser geben. Die Blätter mit einer Schaumkelle herausnehmen, in ein kaltes Wasserbad geben und im Sieb abtropfen lassen.

Crêpes dünn in einer beschichteten Pfanne mit wenig neutralem Öl backen. Auf die Arbeitsfläche gleiten und etwas abkühlen lassen. Mit etwas Mayonnaise bestreichen und mit je 2 Wirsingblättern und ein bis zwei Scheiben Schinken sowie den Scheiben der Fasanenbrust belegen. Die Crêpes fest aufrollen, in Scheiben schneiden und quer schneiden.

Für das Dressing Pecorino reiben und mit Öl, Essig, Fond, Salz, Pfeffer, Zucker und gehackten Schalotten verrühren. Anschließend die Rote Bete sehr dünn hobeln. Die Scheiben mittig auf dem Teller anrichten und mit dem Dressing beträufeln. Dann in die Mitte des Rote-Bete-Carpaccios den Feldsalat geben. Währenddessen in einer Pfanne Butter zum Schmelzen bringen und die Nashi-Birne in Spalten geschnitten mit den gehackten Walnüssen und etwas Zucker sowie einer Messerspitze Lebkuchengewürz anbraten. Zum Servieren auf den Feldsalat geben.

Für die Mayonnaise ein hohes Gefäß und den Stabmixer bereitlegen. Das Ei als erstes in den Mixtopf schlagen. Dann den Senf, das Salz, den Pfeffer und den Zitronensaft hinzugeben. Nun das gesamte Öl einfüllen. Nun den Stabmixer unten auf den Boden des Gefäßes stellen und einschalten. Den Mixer so lange dort stehen lassen, bis es nicht mehr weiter dicker wird und nicht mehr weiter vermischt. Dann sehr langsam und vorsichtig den Stabmixer nach oben ziehen.

Den winterlichen Birnen-Walnuss-Feldsalat mit Fasanen-Wirsing-Wrap auf Tellern anrichten und servieren.