| Die Küchenschlacht – Menü am 02. Mai 2017 | Leibgericht mit Mario Kotaska



Ruth von Gostomski

Orientalisches Hähnchen mit Couscous

Zutaten für zwei Personen

Für das Hähnchen:
2 Hähnchenbrüste à 160 g
neutrales Pflanzenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Hähnchenbrust abspülen und trocken tupfen. Das Fleisch in kleine Stücke schneiden. In einer Pfanne Öl erhitzen und Hähnchenbrustwürfel darin braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch aus der Pfanne nehmen und bei Seite stellen.

Für die Sauce:
2 Fleischtomaten
1 Zwiebel
1 Zehe Knoblauch
1 Limette (Abrieb)
½ Bund Koriander
150 ml Geflügelfond
gemahlene Gewürznelken, zum Abschmecken
1 Muskatnuss, zum Reiben
Currypulver, zum Abschmecken
gemahlener Koriander, zum Abschmecken
gemahlener Kardamom, zum Abschmecken
neutrales Pflanzenöl, zum Braten
1 Prise Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel und Knoblauch abziehen und würfeln. In einer Pfanne Öl erhitzen und Würfel andünsten. Die Schale einer Limette abreiben. Tomaten waschen, den Stunk entfernen und klein würfeln. Koriander abbrausen, trockenwedeln und kleinhacken. Gewürznelken, Muskat, Currypulver, gemahlener und frischer Koriander, Kardamon, Salz, Pfeffer, Limettenschale, Zucker, Fond und Tomaten dazu geben und 10 Minuten einkochen lassen.

Die Hähnchenbrust in die warme Sauce geben.

Für den Couscous:
250 g schnellkochender Couscous
1 EL Butter
500 ml Geflügelfond
½ Bund Koriander

In einem Topf Geflügelfond erhitzen. Couscous hinzugeben und 15 Minuten auf mittlerer Stufe kochen lassen. Koriander abbrausen, trockenwedeln und kleinhacken. Mit Butter und Koriander vermengen.

Das Orientalische Hähnchen mit Couscous auf Tellern anrichten und servieren.



Norbert Wohlan

Chili con carne und Sour-Cream-Dip

Zutaten für zwei Personen

Für das Chili:
170 g gemischtes Hackfleisch (vom Schwein und Rind)
1 Schote Chili
1 rote Paprika
3 große Fleischtomaten
150 g Mais
2 Zwiebeln
1 Zehe Knoblauch
1 Dose Kidneybohnen
Tomatenmark, zum Abschmecken
Chilipulver, zum Abschmecken
edelsüßes Paprikapulver, zum Abschmecken
Zucker, zum Abschmecken
Rapsöl, zum Braten
Salz, zum Abschmecken
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

In einem Topf Wasser erhitzen. Tomaten einschneiden und in kochendem Wasser blanchieren, bis die Haut sich löst. Tomaten in kaltes Wasser geben und die Haut abziehen. Tomaten halbieren, entkernen und in Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und würfeln. Chilischote längs aufschneiden, von den Scheidewänden befreien und kleinwürfeln. Öl in einem Topf erhitzen und Knoblauch, Zwiebeln und Chili andünsten. Gehacktes dazugeben und anbraten. Paprika waschen, halbieren, von den Scheidewänden befreien und kleinschneiden. Paprika- und Tomatenwürfel zum Fleisch geben und unterrühren. Abgedeckt 15 Minuten schmoren lassen. Kidneybohnen und Mais dazugeben. Mit Paprikapulver, Chilipulver, Zucker, Salz, Pfeffer und Tomatenmark abschmecken.

Für den Sour-Cream-Dip:
100 g Schmand
50 g Crème fraîche
½ Zehe Knoblauch
1 Zitrone (Saft)
2 Zweige glatte Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Knoblauch abziehen und kleinhacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und kleinschneiden. Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Schmand und Crème fraîche in einer kleinen Schüssel vermengen. ½ TL Zitronensaft, mit Petersilie und Knoblauch mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:
2 große Fleischtomaten

Die Tomaten waschen und trockentupfen. Das obere Viertel gerade abschneiden und Tomaten mit einem Teelöffel vorsichtig aushöhlen. In einem Topf Wasser erhitzen und Tomaten für 2 Minuten garen.

Das Chili con Carne mit Dip in den Tomaten auf Tellern anrichten und servieren.



Cornelia Bahnsen

Surf & Turf von der Küste: Rinderfilet und Labskaus mit Krabben-Radieschen-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für das Labskaus:
250 g Corned Beef
200 g mehlig kochende Kartoffeln
200 g vorgekochte Rote Bete
1 Zwiebel
2 Eier
4 Gewürzgurken im Sud
2 EL Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen und Kartoffeln darin garen. Zwiebel abziehen, kleinwürfeln und in das kochenden Wasser geben. Kartoffeln abgießen und durch eine Kartoffelpresse drücken.
Rote Bete in grobe Stücke schneiden und mit Gewürzgurken und Gewürzgurkensud in einem Moulinette pürieren. Corned Beef mit einem Stampfer zerdrücken.
Rote-Bete-Püree und Corned Beef mit Kartoffeln mischen und bei mittlerer Hitze erwärmen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
Butter in einer Pfanne bis sie schäumt erhitzen. Eier als Spiegeleier braten und mit einem Servierring mit 9 Zentimeter Durchmesser ausstechen. Auf das Corned-Beef-Püree legen.

Für das Rinderfilet:
2 Rinderfilets à 150 g
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
2 Zehen Knoblauch
100 ml Olivenöl
1 EL Butterschmalz, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 100 Grad Unter-/Oberhitze vorheizen. Rosmarin und Thymian abbrausen, trockenwedeln und vom Zweig ziehen. Knoblauch abziehen, kleinschneiden und mit Olivenöl und Salz zu einem Brei zerdrücken. Filets waschen, trockentupfen und mit Rosmarin, Thymian, Salz und Pfeffer, Knoblauchbrei und Öl marinieren. Kurz ruhen lassen und 20 Minuten in den Ofen geben. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und das Rinderfilet scharf von beiden Seiten anbraten. Nochmals ruhen lassen.

Für den Krabbensalat:
200 g Nordseekrabben, küchenfertig
½ Bund Radieschen
1 Zwiebel
3 Gewürzgurken im Sud
1 Bund glatte Petersilie
50 ml Olivenöl
1 Prise Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Gewürzgurken abtropfen und kleinschneiden. Radieschen waschen, von den Enden befreien und würfeln. Krabben mit Radieschen und Gewürzgurken mischen. Zwiebel abziehen und würfeln.
Gewürzgurkensud, Zwiebelwürfel, Olivenöl, Zucker, Salz und Pfeffer zu einer Vinaigrette verarbeiten. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, kleinhacken und zur Vinaigrette geben.

Für die Garnitur:
2 Gewürzgurken

Die Gurken abtropfen und als Fächer einschneiden.

Das Nordsee-Labskaus nach Surf & Turf Art und Rinderfilet auf Tellern anrichten und servieren.



Pierre van Hooven

Scaloppine all'italiana mit Tagliatelle und Rucola-Parmesan-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für die Tagliatelle:
200 g Mehl
2 Eier
1 TL Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Das Mehl mit 1 Prise Salz in eine Schüssel geben und in der Mitte eine Mulde formen. Eier und Olivenöl in die Mulde geben und mit dem Mehl, bis eine krümelige Masse entsteht, vermengen. Den Teig mit den Handballen zuerst in der Schüssel, dann auf einer bemehlten Tischplatte weiterkneten bis er elastisch ist und glänzt. Ist der Teig zu trocken, etwas Wasser hinzufügen und Hände mit Mehl bestäuben. Den Teig zu einer Kugel formen und in Klarsichtfolie wickeln. Bei Zimmertemperatur 15 Minuten ruhen lassen. Mit einer Nudelmaschine verarbeiten, zu langen Bahnen auswalzen und zu Tagliatelle schneiden. Die Pasta auf einem Tuch in Portionen luftig aufteilen. Wasser und Salz in einem Topf zum Kochen bringen und darin al dente garen.

Für das Scaloppine italiano:
4 Schweinerückensteaks à 150 g
60 g Parmaschinken, in Scheiben
80 g Emmentaler, in Scheiben
250 ml Sojasauce
neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Steaks waschen und trocken tupfen. Danach plattieren und für 20 Minuten in Sojasauce legen. Das Fleisch muss damit komplett bedeckt sein. In einer heißen Pfanne mit Öl auf einer Seite für 1½ Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch wenden und auf der gebratenen Seite mit Parmaschinken und Emmentaler belegen. Die Pfanne abdecken und für weitere 1½ Minuten braten lassen bis das Fleisch mit dem Käse überbacken ist.

Für den Rucola:
1 Bund Rucola
100 g Parmesan

Den Rucola waschen und trocken schleudern. Danach den Parmesan kleinhobeln und unter den Salat mengen.

Für die Vinaigrette:
30 g Rucola
2 Eier
4 EL Olivenöl
1 EL weißer Balsamico-Essig
1 EL Dijonsenf
Chili-Würzsauce, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Eier aufschlagen und Eiweiß vom Eigelb trennen. Das Eiweiß in einer kleinen Schüssel schaumig schlagen. Rucola abbrausen, trockenwedeln und groß schneiden. Rucola zusammen mit Eiweiß, Olivenöl, Balsamico, Senf, und Chili-Würzsauce in ein hohes Gefäß geben und pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Rucola-Parmesan-Salat mit der Vinaigrette mischen.



Rebecca Hintereck

Burger mit karamellisierten Balsamico-Zwiebeln, Coleslaw, Gewürz-Ketchup und Süßkartoffel-Pommes

Zutaten für zwei Personen

Für den Bun:
150 g Weizenmehl Type 550
¼ Würfel frische Hefe
1 EL Sesam
16 g Butter
2 EL Milch
1 Ei
60 ml warmes Wasser
7 g Zucker
1 Prise feines Salz
Mehl, zum Teigformen

40 ml warmes Wasser und 1 EL Milch mit Zucker und Hefe mit einem Handrührgerät zu einem glatten Teig kneten. Butter in einem kleinen Topf schmelzen. Ei aufschlagen und verquirlen. Mehl, Salz, ¼ Ei und flüssige Butter hinzufügen und zu einem kompakten Teig verkneten. Den Teig in zwei Portionen aufteilen, mit Mehl bestäuben und Kugeln formen. Die Teigkugeln auf ein Backblech mit Backpapier legen und leicht andrücken.
Das restliche Ei mit 1 EL Milch und 20 ml Wasser verquirlen, und die Teigkugeln damit bestreichen. Mit Sesam bestreuen. Die Burgerbuns in den kalten Backofen schieben und bei 200 Grad Ober-/Unterhitze für 20 Minuten backen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen und aufschneiden.

Für die Süßkartoffeln-Pommes:
2 Süßkartoffeln
2 EL Speisestärke
½ TL edelsüßes Paprikapulver
Olivenöl, zum Marinieren
Salz, aus der Mühle

Den Ofen auf 200 Grad Ober- /Unterhitze vorheizen.
Süßkartoffeln schälen und in längliche Stifte schneiden. Die Stifte mit Stärke in einen Gefrierbeutel geben und gleichmäßig damit ummanteln. Stifte in eine Schüssel geben und mit Öl, Paprikapulver und Salz marinieren.
Stifte auf ein Backblech mit Backpapier legen und für 20 Minuten in den Ofen bei 200 Grad Ober-/Unterhitze geben.

Für den Coleslaw:
¼ Kopf Weißkraut
1 Karotte
¼ grüne Paprika
1 Zitrone (Saft)
30 ml Mayonnaise
30 ml Naturjoghurt, 3,5% Fett
1 TL Blütenhonig
1TL Weißweinessig
Chili-Würzsauce, zum Abschmecken
grobes Meersalz, zum Abschmecken
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zitrone halbieren und auspressen. Mayonnaise, Joghurt, Blütenhonig, Weißweinessig, ein Viertel des Zitronensafts, Chili-Würzsauce, Salz und Pfeffer in einer kleinen Schale vermischen. Das Kraut vom Strunk entfernen und in feine Streifen schneiden. Die Karotten von den Enden befreien, schälen und würfeln. Paprika waschen, vom Kerngehäuse befreien und kleinschneiden. Mit dem Dressing marinieren und im Kühlschrank kalt stellen.

Für das Fleisch:
400 g Hackfleisch vom Rind (Kamm)
40 g durchwachsener Räucherspeck in Streifen
2 Scheiben Red Leicester
½ TL mittelscharfer Senf
Chili-Würzsauce zum Würzen
1 EL Rapsöl
grobes Meersalz, zum Abschmecken
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Rinderhackfleisch in zwei Portionen teilen, mit angefeuchteten Händen zu Kugeln formen und zu 2 cm dicken Pattys flach drücken. Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen, die Pattys salzen und pfeffern und darin anbraten. Eine weitere Pfanne aufsetzen und Räucherspeck kross anbraten. Pattys nach einer Minute wenden und mit Chili-Würzsauce beträufeln und mit Senf bestreichen. Nach einer weiteren Minute Räucherspeck und Käse auf den Patty legen. Etwas Wasser in die Pfanne geben und sie für 20 Sekunden bei geschlossenem Deckel überbacken.

Für die Balsamico-Zwiebeln:
2 rote Zwiebeln
1 EL brauner Zucker
50 ml trockener Spätburgunder
2 EL Blütenhonig
40 ml Balsamico-Essig
Olivenöl, zum Braten

Die Zwiebeln abziehen und in Streifen schneiden. Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen und die Zwiebeln darin anbraten, mit etwas Salz und Pfeffer würzen und mit braunem Zucker bestreuen. Rotwein und Essig angießen und reduzieren lassen. Mit Honig abschmecken.

Für den Gewürz-Ketchup:
100 g geschälte Tomaten
20 g getrocknete Tomaten in Öl
½ Chilischote
1 EL Aceto Balsamico
1 Msp. gemahlener Zimt
½ EL Zucker
Salz, aus der Mühle

Die Tomaten zusammen mit den getrockneten Tomaten zerkleinern und vermengen. In einem kleinen Topf etwas Olivenöl erhitzen. Zwiebel und Knoblauch abziehen, kleinschneiden und im Topf anschwitzen. Mit Zucker karamellisieren und mit Balsamico ablöschen. Chilischote längs aufschneiden, von den Scheidewänden und Kernen befreien und kleinschneiden. Zitrone halbieren und auspressen.
Tomatenmischung, Chilischote, Zimt, Zitronensaft und 10 ml Wasser hinzugeben und für 10 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen. Mit Salz abschmecken und pürieren. Etwas Ketchup auf den unteren Teil des Burgerbuns streichen.

Für die Garnitur:
1 Strauchtomate
¼ Kopfsalat

Die Tomate waschen und in Scheiben schneiden. Salat waschen und trockentupfen. Coleslaw in eine kleine Salatschüssel geben. Den Burger mit den Balsamico-Zwiebeln, Tomate, Salat und Fleisch zusammensetzen und mit einem Holzspieß fixieren.

Den Burger mit karamellisierten Balsamico-Zwiebeln, Coleslaw und Süßkartoffel-Pommes auf Tellern anrichten und servieren.



Andreas Prien

Königsberger Klopse mit Kapernsauce, Kartoffelstampf und Rote-Bete-Salat

Zutaten für 2 Personen

Für die Klopse:
300 g Kalbs-Hackfleisch
2 Sardellenfilets
2 Zwiebeln
½ Brötchen vom Vortag
1 Ei
200 ml Milch
3 EL Paniermehl
1 TL Kalbsfonds
1 TL grüner Pfeffer
1 Lorbeerblatt
Edelsüßes Paprikapulver, zum Abschmecken
Rapsöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Brötchen vom Vortag halbieren und in Milch einweichen. Eine Zwiebel abziehen und würfeln. In einer Pfanne Öl erhitzen und Zwiebelwürfel andünsten. Das Brötchen aus der Milch nehmen und ausdrücken. Sardellen kleinhacken und mit Hackfleisch, Zwiebeln, Ei, Brötchen und Paniermehl vermengen. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen, und zu einem glatten Teig kneten. Mit feuchten Händen den Teig zu 8 Bällchen formen. Eine Zwiebel abziehen und vierteln. Kalbsfond in einem Topf mit Zwiebel, Lorbeer und grünem Pfeffer aufkochen und Klopse dazugeben. Bei geringer Hitze 15 Minuten garen. Klopse entnehmen und Fond durch ein Sieb passieren.

Für die Sauce:
50 g Kapern
½ Zitrone
25 g Butter
100 ml Milch
50 ml Sahne
1-2 EL Mehl
250 ml Fond der Klopse, siehe Klopse
1 Muskatnuss, zum Reiben
1 Prise Zucker

Die Butter in einem Topf zerlassen. Mehl hinzugeben und unter stätigem Rühren anschwitzen. Nach und nach mit Fond ablöschen und unterrühren. Milch dazugeben und aufkochen lassen. Bei leichter Hitze 10 Minuten köcheln. Kapern hinzugeben. Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Sauce mit Zucker, Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft abschmecken. Sahne unterrühren.

Für den Kartoffelstampf:
500 g mehlig kochende Kartoffeln
100 ml Milch
50 ml Sahne
30 g Trüffelbutter
1 Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen und würfeln. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen und Kartoffeln 20 Minuten kochen. Sahne und Milch in einem Topf erwärmen. Kartoffeln abgießen und mit Butter zur warmen Milch mit Sahne geben. Mit einem Kartoffelstampfer grob stampfen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für den Rote-Bete-Salat:
250 g gekochte Rote Bete
100 g Rote-Bete-Blätter
½ Orange
80 g Walnüsse
2 EL Orangenessig

Die Rote Bete würfeln. Walnüsse hacken. Rote Bete Blätter abbrausen, trockenwedeln und von den Stielen befreien. Rote Bete, Walnüsse und Blätter vermengen. Orange halbieren, eine Hälfte auspressen und den Saft mit Essig, Öl und Honig zu einer Vinaigrette mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zum Salat geben.

3 EL Olivenöl
1 TL Bienenhonig
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Königsberger Klopse mit Kapernsauce, Kartoffelstampf und Rote-Bete-Salat auf Tellern anrichten und servieren.