



| Die Küchenschlacht – Vorspeisen vom 15. Januar 2008 |

Lauchsuppe von Helga Rincke

Zutaten für zwei Personen

4 Stangen	Porree
250 g	Sahne-Schmelzkäse
4 Scheiben	Schinken, gekocht
1	Zwiebel, groß
500 ml	Geflügelfond
250 g	Sahne
100 g	Butter
50 ml	Weißwein
2 Zweige	Petersilie
1	Baguette
	Salz
	Pfeffer
	Zucker
	Knoblauchsatz
	Mehl oder Speisestärke

Zubereitung

Die Porreestangen von den äußeren Blättern befreien und in zwei Zentimeter breite Stücke schneiden.

Die Zwiebel abziehen und in kleine Würfel schneiden.

Die Butter in einem Topf erhitzen und den Porree darin andünsten. Die Zwiebelwürfel dazugeben.

Unter ständigem Rühren den Geflügelfond dazugießen.

Den Schmelzkäse langsam unterrühren, bis er sich vollständig aufgelöst hat.

Die Petersilie von den Zweigen zupfen und fein hacken. Den Schinken in kleine Würfel schneiden.

Die Sahne, den Schinken, die gehackte Petersilie, eine Prise Zucker, eine Prise Knoblauchsatz, Salz und Pfeffer hinzugeben. Die Suppe mit einem Schuss Wein abrunden.

Das Ganze abschmecken und bei Bedarf mit etwas Mehl oder Speisestärke andicken.

Baguette zu der Lauchsuppe reichen.



Jakobsmuscheln mit grünem Spargel auf Wildsalat von Stefan Hägerling

Zutaten für zwei Personen

4	Jakobsmuscheln
8 Stangen	Spargel, grün
6	Frühlingszwiebeln
2 Zehen	Knoblauch
1	Zitrone
200 ml	Sahne
1 Zweig	Basilikum
1 Zweig	Majoran
1 Zweig	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
1 Zweig	Estragon
1 Zweig	Koriander
80 g	Babyspinat
1 Msp.	Safranfäden
200 ml	Weißwein
1	Wildsalat, rot
1 Bund	Löwenzahn
4 EL	Butter
	Olivöl
	Balsamicoessig
	Fleur de sel
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Muscheln abspülen und trocken tupfen. Gegebenenfalls das holzige untere Ende vom Spargel abtrennen. Den Spargel in Salzwasser kurz blanchieren. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Alle Kräuter fein hacken. Den Knoblauch und die Frühlingszwiebeln abziehen und in dünne Streifen schneiden.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch und Frühlingszwiebeln darin dünsten.

Spargel in das heiße Öl legen und anbraten. Das gebratene Gemüse in eine Schüssel geben. Den Zitronensaft und einen Esslöffel der gehackten Kräutermischung darüber geben. Mit Meersalz und schwarzem Pfeffer würzen.

Den Wildsalat und den Löwenzahn waschen und trocken schleudern. Anschließend mit etwas Öl und Essig anrichten.

Den Wein in einem Topf zum Kochen bringen. Sahne dazugeben und einkochen lassen. Safran und drei Esslöffel Butter hinzufügen und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.

Muscheln mit dem Messer kreuzweise einritzen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit einem Esslöffel gehackte Kräuter marinieren.

Olivöl in einer Pfanne erhitzen. Die Muscheln in der Pfanne anbraten, bis sie goldbraun sind. Einen Esslöffel Butter und Zitronensaft in die Pfanne geben. Die Muscheln in der Pfanne schwenken. Die restlichen Kräuter dazu geben.

Spargel mit dem Salat auf einem Teller anrichten. Jakobsmuscheln hinzugeben und mit der Safransauce dekorieren.



Griechisches Tsatsiki mit Zucchini-Küchlein von Alexandra Baum

Zutaten für zwei Personen

300 g	Joghurt, griechisch
300 g	Zucchini
3 Zehen	Knoblauch, groß
1	Zitrone
1	Salatgurke
1 Bund	Dill
1 Glas	Oliven, griechisch, schwarz, entkernt
5	Kartoffeln
3	Zwiebeln
1	Ei
1	Bauernbrot
3 EL	Mehl
3 EL	Paniermehl
1 Bund	Petersilie, kraus
1	Tomate
	Apfelessig
	Olivenöl
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Die Gurke halbieren. Eine Hälfte schälen, fein raspeln, salzen und zur Seite stellen. Die Knoblauchzehen häuten und fein hacken. Den Dill klein hacken.

Die Zitrone in zwei Hälften schneiden. Den Saft einer halben Zitrone auspressen.

Joghurt in einer Schüssel cremig rühren. Mit Knoblauch, einem Schuss Essig und Öl, Zitronensaft, einer Prise Salz und dem Dill vermengen.

Das Wasser, das sich aus der Gurke abgesetzt hat, abgießen. Die Gurke mit dem Joghurt vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit den Oliven garnieren.

Die Zucchini waschen und grob reiben. Die Kartoffeln schälen und ebenfalls reiben. Die Zwiebeln schälen und klein hacken.

Die Zucchini, die Kartoffeln und die Zwiebeln in eine Schüssel geben. Petersilie fein hacken. Mit Ei, Mehl, Paniermehl und Petersilie vermengen und so lange kneten, bis eine feste Masse entstanden ist. Mit Salz und Pfeffer würzen. Daraus Puffer formen.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Puffer zehn Minuten von beiden Seiten goldgelb backen.

Die Tomate in heißem Wasser abbrühen und abziehen. Die abgezogene Haut in feine Streifen schneiden und als Garnitur auf das Tsatsiki geben.

Das Tsatsiki mit den Zucchini-Küchlein anrichten. Dazu frisches Bauernbrot reichen.



Thunfisch auf Süßkartoffelpüree von Rolf Bürger

Zutaten für zwei Personen

200 g	Thunfisch, Sashimi-Qualität, küchenfertig
150 g	Süßkartoffeln
2	Limetten, unbehandelt
1 Schälchen	Alfalfasprossen
1 EL	Wasabipaste
60 g	Butter
2 EL	Sesamseed, hell
2 EL	Sesamseed, schwarz
1 Paket	Ritz-Kracker
1 Paket	Kropoek
2 EL	Sesamöl, hell
5 EL	Sojasauce
	Salz
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Limetten halbieren und auspressen. Die Sojasauce, den Limettensaft und einen Teelöffel Sesamöl in eine Schale geben. Thunfisch waschen, trocken tupfen und in die Marinade legen. Das restliche Sesamöl in eine Pfanne geben und erhitzen.

Süßkartoffeln schälen, in Scheiben schneiden und bei mittlerer Hitze zehn Minuten in Sesamöl anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend mit etwas Wasser ablöschen und weitere zwei Minuten in der Pfanne köcheln lassen.

Die Süßkartoffeln mit der Wasabipaste und der Butter mit Hilfe einer Gabel pürieren.

Kropoek in mundgerechte Stücke brechen. Das Püree je zur Hälfte auf die Kracker und Kropoekstücke streichen. Den hellen und dunklen Sesam auf einem Teller vermischen. Den Thunfisch aus der Marinade nehmen, in der Sesamseed wälzen, in mundgerechte Stücke schneiden und auf das Kartoffelpüree legen.

Mit Alfalfasprossen garnieren und mit den Krackern servieren.



Gefüllte Tomaten im Salatbett von Claudia Otto

Zutaten für zwei Personen

6	Tomaten, groß
200 g	Sahne-Schmelzkäse
6 TL	Frischkäse
6 TL	saure Sahne
2 TL	Schlagsahne
100 g	Parmesan, am Stück
1	Salatherz
1	Ciabattabrot
1	Feldsalat
3 Zehen	Knoblauch
1 Bund	Schnittlauch
2 Zweige	Basilikum
2 Zweige	Dill
6 TL	Semmelbrösel
	Oliveneröl
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Basilikum- und Dillblätter von den Zweigen abziehen, fein hacken und in den Frischkäse einrühren.

Den Parmesan reiben. Sahne-Schmelzkäse, Schlagsahne und fünf Teelöffel Parmesan mit dem angerührten Kräuter-Frischkäse in einer Schüssel vermengen. Zu einer glatten Masse verrühren.

Schnittlauch in kleine Röllchen schneiden und bis auf zwei Teelöffel dazu geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Deckel der Tomaten mit einem scharfen Messer abschneiden. Anschließend die Tomate mit einem Löffel aushöhlen. Die Masse aus der Schüssel in die ausgehöhlten Tomaten geben. Die Semmelbrösel mit dem restlichen Parmesan vermengen und auf die Käsefüllung geben.

Die gefüllten Tomaten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und fünfzehn Minuten im Ofen überbacken.

Das Ciabatta in Scheiben schneiden, mit Olivenöl beträufeln und fünf Minuten in den Ofen geben, bis es knusprig ist.

Das Salatherz waschen, den Strunk großzügig abschneiden und die einzelnen Blätter abzupfen.

Den Feldsalat waschen. Die Salate auf Tellern anrichten.

Knoblauch schälen und in der Knoblauchpresse zerdrücken. Die Ciabattascheiben aus dem Ofen nehmen und mit dem Knoblauch bestreichen.

Die Tomaten auf dem Salatbett anrichten. Die saure Sahne an den Rand des Tellers geben und mit den Schnittlauchröllchen verzieren.