

| Die Küchenschlacht – Menü am 03. März 2017 |
Finalmenü von Björn Freitag



Vorspeise von Björn Freitag

Garnelen im Kataifi-Teig mit Tomaten-Relish und Pata-Negra-Schinken

Zutaten für zwei Personen

Für die Garnelen:

4 küchenfertige Riesengarnelen
 1 Rolle Kataifi-Teig
 4 EL Olivenöl
 200 ml Pflanzenöl, zum Frittieren
 Salz, aus der Mühle

Die Garnelen waschen, trockentupfen, salzen und den Teig ausbreiten. Den Teig mit etwas Olivenöl bepinseln. Teig um die Garnelen wickeln und bei 160 Grad im heißen Öl frittieren.

Für das Tomaten-Relish:

2 Fleischtomaten
 1 rote Zwiebel
 1 TL Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Tomaten waschen, trocknen, vierteln und das Kerngehäuse heraus schneiden. Zwiebel abziehen und fein hacken. Kerngehäuse zusammen mit Zwiebelwürfeln in einem Topf aufkochen und stark einkochen lassen. Anschließend durch ein Sieb streichen und mit den in Würfeln geschnittenen Tomatenfilets vermischen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen.

Für den Schinken:

4 Scheiben Pata-Negra-Schinken
 1 Bund gemischte Kräuter

Den Schinken in feine Streifen schneiden, Die Kräuter abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und den Schinken in den Kräutern wälzen.

Die Garnelen im Kataifi-Teig mit Tomaten-Relish und Pata-Negra-Schinken auf Tellern anrichten und servieren.



Hauptgang von Björn Freitag

Sauerbraten vom Kalbsfilet mit Rote-Bete-Relish und Blumenkohl-Püree

Zutaten für zwei Personen

Für den Sauerbraten:

- 1 Kalbsfilet à 400 g
- 1 Zwiebel
- 300 ml roter Portwein
- 200 ml dunkler Kalbsfond
- 100 ml Balsamico
- 1 Gewürznelke
- 2 Lorbeerblätter
- 1 TL Schwarze Pfefferkörner
- 1 TL Zucker
- 50 g Butter, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und fein hacken. Diese mit Portwein, Kalbsfond, Balsamico, Nelke, Lorbeer, Pfeffer und Zucker in einem Topf auf ca. 60 Grad erwärmen. Kalbsfilets waschen, trockentupfen und halbieren, hineinlegen und ca. 15 Minuten pochieren. Das Fleisch abtropfen lassen, salzen und in einer Pfanne mit aufgeschäumter Butter kross nachbraten. Marinade durch ein Sieb passieren und in einem Topf reduzieren lassen. Sauce mit etwas Butter abbinden und als Sauce zum Fleisch anrichten.

Für das Püree:

- ½ Knolle Sellerie
- 1 Zwiebel
- ½ Zitrone, davon den Saft
- 2 EL Crème fraîche
- 50 ml Gemüsefond
- ½ TL Zucker
- 2 EL Butter
- 1 Muskatnuss, zum Reiben
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel abziehen, würfeln und in einem Topf ca. 2 Minuten glasig anschwitzen. Sellerie schälen, würfeln und mit den Zwiebeln 1 Minute rösten. Fond angießen und den Topfinhalt mit etwas Zitronensaft, Butter, Muskat, Salz und Pfeffer mit einem Stabmixer cremig pürieren.

Das Püree mit etwas Crème fraîche und etwas Zucker abschmecken.

Für das Rote-Bete-Relish:

- 300 g vorgegarte Rote Bete
- 1 Zwiebel
- ½ Granny Smith Apfel
- 1 EL grober Senf
- 1 EL mittelscharfer Senf
- 50 ml weißer Balsamico
- 2 EL Apfelessig
- 1 EL Chili-Würzsauce
- 1 EL Senfsaat
- ½ TL Zucker
- 2 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Rote Bete in feine Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen, in Würfel schneiden und in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen. Mit Apfelessig, Senf, Balsamico, Chili-Würzsauce und Senfsaat auffüllen und ca. 5 Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen. Den Apfel schälen, in Würfel schneiden und mit der Roten Beete in den Topf geben. Das Relish noch mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Den Sauerbraten vom Kalbsfilet mit Rote-Bete-Relish und Blumenkohl-Püree auf Tellern anrichten und servieren.



Zusatzgericht von Björn Freitag

Blumenkohl-Zitronengras-Süppchen

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe:

½ Blumenkohl
1 Zwiebel
2 Stangen Zitronengras
1 TL Currypulver
2 EL weißer Balsamico
250 ml Kokosmilch
250 ml Gemüsefond
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Blumenkohl waschen, trocknen, äußere Blätter entfernen und halbieren. Den Strunk herausschneiden und den Blumenkohl in feine Röschen schneiden. Zwiebel abziehen und fein hacken. Zitronengras halbieren und mit dem Messerrücken anschlagen.

Blumenkohl und Zwiebeln in einem großen Topf mit Olivenöl 4 Minuten kräftig anrösten. Currypulver und Zitronengras zugeben und 1 Minute mitbraten. Kokosmilch und Gemüsefond angießen und etwa 10 Minuten leicht köcheln lassen.

Den Topf von der Herdplatte nehmen und mit weißem Balsamico, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

¼ Bund glatte Petersilie

Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Die Suppe in einem Standmixer schaumig aufmixen, auf Tellern anrichten, mit Petersilie garnieren und servieren.