

**| Die Küchenschlacht – Menü am 21. April 2017 |**  
**Finalmenü von Johann Lafer**



**Final-Vorspeise von Johann Lafer**

**Knuspriger Spargel mit Gurken-Mango-Salat und Koriander-Mayonnaise**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für den Spargel:**  
 6 Stangen weißer Spargel  
 80 g Kataifi-Teig  
 50 ml Rapsöl, zum Ausbacken  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Spargel waschen, schälen und die Enden abschneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Kataifi-Teig umwickeln. Spargelstangen in einer Pfanne mit Öl knusprig und goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen.

**Für den Salat:**  
 1 Salatgurke  
 1 Thai-Mango  
 1 Limette, davon den Saft  
 1 TL Rohrzucker  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gurke waschen, schälen, entkernen und klein würfeln. Mangos schälen, Fruchtfleisch vom Kern lösen und klein würfeln. Limette halbieren und auspressen. Gurke, Mango und Limettensaft mit Zucker und Olivenöl verrühren. Mit Salz, Pfeffer würzen und den Salat damit marinieren.

**Für die Mayo:**  
 100 ml Rapsöl  
 1 Ei, davon das Eigelb  
 1 TL Senf  
 ½ TL Zucker  
 1 TL Weißweinessig  
 ½ Bund Koriander  
 1 EL Olivenöl  
 Shiso-Kresse, zum Garnieren

Das Eigelb mit dem Senf in einer Schüssel verrühren. Ein Viertel des Öls tröpfchenweise zugeben und unterschlagen. Das übrige Öl langsam einlaufen lassen und dickcremig unterschlagen. Mit Weißweinessig, Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Koriander abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Koriander unter die Mayonnaise rühren.

Gurken-Mangosalat auf einem Teller anrichten, Spargel darauf legen und mit der Mayonnaise garnieren. Shiso-Kresse abschneiden, darüber streuen und servieren.



## Final-Hauptgang von Johann Lafer

### Lamm-Medaillons mit Artischocken, Zucchini und Oliven

#### Zutaten für zwei Personen

##### Für das Fleisch:

1 Lammlachs à 250 g  
 8 Scheiben Lardo  
 2 Zweige Rosmarin  
 1 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Lammlachs waschen, trockentupfen und in vier gleiche Stücke schneiden. Etwas platt drücken und rund formen. Mit Pfeffer würzen und mit dem Lardo umwickeln. Mit einem halben Zweig Rosmarin fixieren.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Medaillons von beiden Seiten goldbraun anbraten. Im Ofen 10 Minuten fertig garen.

##### Für die Artischocken:

4 junge Artischocken  
 ½ Zitrone  
 2 Zweige Thymian  
 1 Zweig Rosmarin  
 1 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Artischocken von den äußeren Blättern befreien, halbieren und die Blätter auf der Unterseite mit einem kleinen Messer rundum abschneiden. Das „Artischocken-Heu“ entfernen und rundum zurecht schneiden.

Die Artischockenböden in Zitronenwasser lagern. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Artischocken in eine Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Artischocken mit den Kräutern goldbraun bei niedriger Temperatur etwa 15 Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

##### Für die Zucchini:

1 mittlere Zucchini  
 1 Schalotte  
 1 Knoblauchzehe  
 50 g Kalamata-Oliven  
 1 Sardellenfilet  
 1 TL Kapern  
 1 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zucchini waschen und mit einem Sparschäler in lange Streifen schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen und klein würfeln. Oliven, Sardelle und Kapern fein hacken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Schalotten, Knoblauch und Zucchini darin ca. 2 Minuten anbraten.

Mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenmischung zugeben und die Zucchini mit der Masse marinieren.

Die Lamm-Medaillons mit Artischocken, Zucchini und Oliven auf Tellern anrichten und servieren.



## Zusatzgericht von Johann Lafer

### Mediterrane Artischocken auf Crostini mit Oliven-Tapenade

#### Zutaten für zwei Personen

##### Für das Brot:

1 Ciabatta  
3 EL grüne Oliventapenade  
20 ml Olivenöl

Den Ofen auf 130 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Brot in ½ cm dicke Scheiben schneiden, leicht mit Öl bestreichen und im Ofen etwa 7 Minuten trocknen. Die Brotscheiben mit der Tapenade bestreichen und zur Seite stellen.

##### Für das Gemüse:

4 junge Artischocken  
2 rote Zwiebeln  
2 Knoblauchzehen  
70 g Kalamata-Oliven ohne Stein  
100 g getrocknete Tomaten in Öl  
2 Zweige Thymian  
2 Zweige Rosmarin  
Chili, aus der Mühle  
2 Zweige Basilikum  
30 ml Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Artischocken von den äußeren Blättern befreien, halbieren und die Blätter auf der Unterseite mit einem kleinen Messer rundum abschneiden. Das „Artischocken-Heu“ entfernen und rundum zurecht schneiden. Die Artischockenböden würfeln und in einer Pfanne mit reichlich Olivenöl bei niedriger Hitze etwa 15 Minuten goldbraun braten. Die Zwiebeln abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den Knoblauch abziehen, fein hacken und mit den Zwiebeln unter die Artischocken heben.

Die Tomaten durch ein Sieb abgießen und in feine Streifen schneiden. Rosmarin und Thymian abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Die Oliven grob hacken.

Tomaten, Oliven, Thymian und Rosmarin in die Pfanne geben und etwa 4 Minuten mitbraten. Basilikum abrausen, trockenwedeln, zupfen und unterheben. Einige Blätter für die Garnitur zur Seite legen.

Das mediterrane Gemüse auf die vorbereiteten Brote verteilen, auf Tellern anrichten, mit Basilikum garnieren und servieren.