

| Die Küchenschlacht – Menü am 09. Mai 2017 |
Vorspeise mit Johann Lafer



Isabel Kessler

Vegane Gemüse-Walnuss-"Bolognese" mit Zucchini-Pappardelle

Zutaten für zwei Personen

- Für die „Bolognese“:** Die Schalotten abziehen und in feine Würfel schneiden. Karotte schälen und grob raspeln. Tomaten vom Strunk befreien und in kleine Würfel schneiden. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und grob schneiden. Walnüsse grob zerhacken. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Schalotten und die Karotte ca. 3,5 Minuten darin anschwitzen. Tomatenmark und Walnüsse dazugeben und unter Rühren 2 Minuten anrösten. Grenadine, Rotweinessig, 125 ml Wasser und gehackte Tomaten untermengen und 5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Chiliflocken und Petersilie abschmecken.
- 1 Karotte
 - 2 Romatomen
 - 2 Schalotten
 - 75 g Walnuskerne mit Haut
 - 1 TL Tomatenmark
 - 3 EL Grenadine
 - 1 EL Rotweinessig
 - 3 Zweige glatte Petersilie
 - 2 EL Olivenöl
 - Chiliflocken, zum Abschmecken
 - 1 Prise feines Salz
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Zucchini-Pappardelle:** Die Zucchini von den Enden befreien und mit einem Sparschäler längs in dünne Streifen schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zucchini-Streifen darin kurz erwärmen. Mit einer Prise Salz und Pfeffer abschmecken.
- 2 kleine Zucchini
 - 2 EL Olivenöl
 - 1 Prise feines Salz
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Garnitur:** Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und grob schneiden. Den Granatapfel halbieren und die Kerne mit der Messerklinge ausschlagen.
- 1 Granatapfel
 - 1 Zweig glatte Petersilie

Vegane Gemüse-Walnuss-"Bolognese" und Zucchini-Pappardelle mit Granatapfelkernen und Petersilie garnieren, auf Tellern anrichten und servieren.



Tobias Matura

Mediterranes Garnelen-Pfännchen mit Rosmarin-Kartoffel-Croûtons

Zutaten für zwei Personen

Für die Garnelenpfanne:

- 8 küchenfertige Riesengarnelen
- 1 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 1 Zucchini
- 1 Zwiebel
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 Limette, davon Abrieb & Saft
- 200 ml trockener Weißwein
- 2 Zweige Thymian
- 1 Bund Basilikum
- 3 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Paprikas waschen, von Kernen befreien und in Stücke schneiden. Zucchini von den Enden befreien und in Stücke schneiden. Thymian und Basilikum abbrausen, trockenwedeln und die Blätter abzupfen und grob schneiden. Schale der Limette fein abreiben, den Saft auspressen. In einer Pfanne Öl erhitzen und darin die Garnelen 2 Minuten rundherum anbraten und herausnehmen. Paprika, Zucchini, Zwiebeln und Thymian in die Pfanne geben, unter Rühren 3 Minuten anbraten und danach mit Weißwein ablöschen und mit Salz, Pfeffer und Limettenschale abschmecken. Den Limettensaft dazu gießen und mit Basilikum bestreuen.

Für die Kartoffeln:

- 3 Drillinge
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 Zweige Rosmarin
- 4 EL Olivenöl
- grobes Meersalz, zum Abschmecken

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln waschen und klein würfeln. Den Knoblauch abziehen und grob hacken. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und die Nadeln abzupfen. Kartoffelwürfel auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und mit Knoblauch, Rosmarin und Meersalz bestreuen, mit Olivenöl beträufeln und für 20 Minuten im vorgeheizten Ofen kross und dunkelbraun backen.

Das mediterrane Garnelenpfännchen mit Rosmarin-Kartoffel-Croûtons auf Tellern anrichten und servieren.



Marie Grüner

Spargelsuppe mit gefüllten Blätterteigstangen

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe: Den Spargel waschen, schälen und die holzigen Enden abschneiden. Kresse abbrausen, trockenwedeln und mit einer Schere abschneiden und für die Garnitur beiseitelegen. Die Schalen vom Spargel in 200 ml Wasser und 200 ml Gemüsefond ca. 15 Minuten aufkochen lassen und anschließend mit einem Sieb abseihen. Den Spargel in Stücke schneiden und in den Spargelsud geben und gar kochen. Sahne aufschlagen. Butter in einer heißen Pfanne erhitzen und mit Mehl vermengen, bis diese eine hellbraune Färbung angenommen hat. Die entstandene Mehlschwitze und die aufgeschlagene Schlagsahne zum Spargelsud hinzufügen und verrühren. Anschließend alles pürieren und mit Weißwein, Zucker, einer Prise Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken.

300 g weißer Spargel
 100 g weiche Butter
 200 ml Sahne
 200 ml Gemüsefond
 Weißwein, zum Abschmecken
 1 Kasten Kresse
 100 g Mehl
 1 Prise Zucker
 1 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Blätterteigstangen: Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Das Eigelb vom Eiweiß trennen. Den grünen Spargel waschen und das stumpfe Ende abschneiden. Den grünen Spargel eine Minute mit zum Spargel-Sud geben und eine Minute garen. Blätterteig in dünne Streifen schneiden, mit Schinken belegen, dünn Crème Fraîche auftragen und mit dem grünem Spargel belegen und einrollen. Die eingerollten Blätterteigstangen mit Eigelb bestreichen, mit etwas Sesam bestreuen und im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten goldgelb backen. Anschließend die Blätterteigstangen aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen.

1 Platte Blätterteig
 4 Scheiben Schwarzwälderschinken
 4 Stangen grüner Spargel
 1 Ei, davon das Eigelb
 2 TL Crème Fraîche
 20 g Sesamkörner

Die Spargelsuppe in einer Schüssel anrichten, mit Kresse und schwarzem Pfeffer bestreuen und mit Blätterteigstangen anrichten und servieren.



Johann Oldenburger

Okroschka – Russische Erfrischungssuppe mit Krakauer und Kräuterbrot

Zutaten für zwei Personen

Für das Kräuterbrot:

- 170 ml Milch
- 220 g Mehl
- 2 EL Backpulver
- 75 g Röstzwiebeln
- ½ TL weißer Sesam
- ½ TL ganze Leinsamen
- ½ TL Bärlauch
- ½ TL getrockneter Schnittlauch
- ½ TL getrockneter Liebstöckel
- ½ TL feines Salz

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Mehl, Milch, Backpulver und Salz in einer Schüssel miteinander vermengen. Bärlauch, Schnittlauch und Liebstöckel abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Röstzwiebeln, Kräuter, Sesam und Leinsamen mit einer Gabel untermischen. Teig in eine mit Butter ausgepinselte Kastenform geben und im vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten goldgelb backen.

Für die Suppe:

- 100 g Krakauer Wurst
- 1 große mehligkochende Kartoffel
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Bund Radieschen
- 1 kleine Salatgurke
- 1 Zitrone
- 2 Eier
- 2 EL Schmand
- 500 ml Mineralwasser mit Kohlensäure (viel)
- 250 ml Kefir
- 1 Zweig krause Petersilie
- 1 Zweig Dill
- Meersalz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Eier in einem Topf mit Wasser hart kochen, schälen und mit einem Eierschneider in Würfel schneiden. Kartoffel schälen, in einem Topf mit Salzwasser gar kochen und in kleine Würfel schneiden. Wurst von der Haut befreien und in kleine Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln sauber putzen, abbrausen, trocken tupfen und klein hacken. Radieschen und Salatgurke von den Enden befreien und klein schneiden. Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Petersilie und Dill abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Alles in eine Schüssel geben und mit Schmand und Kefir vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Mineralwasser auffüllen und gut verrühren.

Die Okroschka - Russische Erfrischungssuppe mit Krakauer und Kräuterbrot anrichten und servieren.



Harald Neu

Rosa gebratener Kalbsrücken mit Gewürzbutter und Spargel-Rhabarber-Gemüse

Zutaten für zwei Personen

Für den Kalbsrücken:

1 Kalbsrücken à 400 g
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 140 Grad Umluft vorheizen.

Fleisch waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch in einer Pfanne mit Olivenöl bei mittlerer Hitze von allen Seiten anbraten. Kalbsrücken im vorgeheizten Ofen weiter garen lassen. Ofen 5 Minuten vor Erreichen des Garpunktes des Fleisches noch einmal auf 160 Grad erhöhen. Fleisch aus dem Ofen nehmen.

Für die Gewürzbutter:

1 Ingwerknolle, davon 1 Scheibe
1 Zehe Knoblauch
2 EL Butter
1 Schote Vanille
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Knoblauch abziehen und klein hacken. Ingwer schälen und klein schneiden. Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen. Butter in einer Pfanne zergehen lassen und den Knoblauch, eine Scheibe Ingwer und 2 Messerspitzen Vanillemark hinzugeben und ca. 5 Minuten ziehen lassen. Dabei die Pfanne vom Herd nehmen. Gewürzbutter mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Gemüse:

250 g weißer Spargel
2 Stangen Rhabarber
1 Zehe Knoblauch
1 Zitrone, davon der Saft
1 EL Rhabarberkonfitüre
2 EL Butter
1 Zweig Thymian
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Spargel waschen, schälen und von den Enden befreien. In einem Topf mit Salzwasser den Spargel ca. 10 Minuten kochen, bis er bissfest ist. Die Rhabarberstangen putzen, trocken tupfen und in zentimetergroße Scheiben schneiden. Thymian abbrausen, trockenwedeln, abzupfen und klein hacken. Knoblauch abziehen und klein hacken. Die Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Butter in einer Pfanne erhitzen. Rhabarber, Thymian und Knoblauch hinzugeben und ca. 5 Minuten anbraten. Anschließend Zitronensaft und Konfitüre dazugeben, alles vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Sauce:

1 Zitrone, davon der Saft
100 g Schmand
100 g Vollmilchjoghurt (3,5 %)
2 Zweige Basilikum
¼ TL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Basilikum abbrausen, trockenwedeln und die Blätter abzupfen und ca. 2/3 davon sehr fein hacken. Restliche Basilikum-Blätter für die Garnierung beiseitelegen. Die Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Basilikum-Blätter mit Schmand und Joghurt verrühren. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

Vor dem Anrichten den Kalbsrücken in der Gewürzbutter wenden. Anschließend den Kalbsrücken mit den Spargel-Rhabarber-Gemüse und der Basilikum-Sauce auf einem Teller anrichten und mit den restlichen Basilikum-Blättern garnieren und servieren.