

| Die Küchenschlacht – Menü am 24. Oktober 2017 |
CW-Tagesmotto: "Salate" mit Mario Kotaska



Andreas Krottendorfer

Lauwarmer Bauernsalat mit gerösteten Kartoffeln, Speck und Pfifferlingen & Kalbswurstsalat mit selbstgebackenen Fenchel-Brot

Zutaten für zwei Personen

Für den lauwarmen Bauernsalat:

- 100 g Scheiben luftgetrockneter Bauchspeck
- 1 mittelgroße, festkochende Kartoffel
- 1 Salatmix (Bologneser Salatkopf Lollo Rosso, Chicorée, Frisée)
- 6 Radieschen
- 100 g Pfifferlinge
- 1 Zehe Knoblauch
- 50 ml Apfelessig
- 100 ml Sonnenblumenöl
- 1 TL scharfer Senf
- 1 TL flüssiger Honig
- 1 Bund Schnittlauch
- Olivenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffel schälen, würfeln und in einer Pfanne mit Olivenöl goldbraun rösten. Pfifferlinge putzen, Speckscheiben würfeln. Beides mit in die Pfanne geben.

Salate waschen, trocken schleudern und in ca. 3 cm breite Streifen schneiden. Radieschen waschen, trocken tupfen und kleinschneiden. Knoblauch abziehen, fein würfeln und mit dem Honig, Essig, Sonnenblumenöl, Senf, Salz und Pfeffer zu einer Marinade vermengen. Den Salat in eine Schüssel geben und mit der Marinade mischen. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Kartoffeln, Speck und Pfifferlinge sowie frischen Schnittlauch darüber streuen.

Für den bunten Kalbswurstsalat:

- 200 g feine Lyoner Kalbswurst (im Ganzen)
- 6 gelbe und rote Cocktailtomaten
- 1 rote und gelbe Paprika
- 1 Bund Radieschen
- 1 Bund Frühlingszwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 100 g Bergkäse
- 50 ml Apfelessig
- 50 ml Sonnenblumenöl
- 1 TL scharfer Senf
- 1 TL flüssiger Honig
- 1 Bund Schnittlauch
- 1 Bund glatte Petersilie
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Wurst und den Käse in feine Streifen schneiden, Frühlingszwiebel abbrausen, trocken tupfen und in Ringe schneiden. Die Tomaten, Radieschen und Paprika abbrausen und trocken tupfen. Tomaten halbieren und Paprika in kleine Rauten schneiden. Radieschen in Längsstreifen schneiden. Knoblauch abziehen und feinhacken.

Aus dem Essig, Öl, Salz, Pfeffer, Knoblauch, Honig und Senf eine Marinade vermengen. Petersilie und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und feinschneiden.

Die geschnittenen Zutaten mit der Marinade mischen und frische Petersilie darüber geben.

Für das Fenchel-Brot

- 2 EL Fenchelsamen
- 200 g glattes Mehl
- 200 ml Mineralwasser
- 1 TL Backpulver
- 2 EL Grobes Bäckersalz

Den Ofen auf 180 Grad Heißluft vorheizen.

Fenchelsamen in einer Pfanne rösten. Das Mehl mit Mineralwasser, Salz, einigen Fenchelsamen und wenig Backpulver zu einem Teig kneten und kurz ruhen lassen. In Form bringen, mit Fenchelsamen und Bäckersalz bestreuen und im Ofen ca. 25 Minuten backen.

Für die Garnitur: Lauwarmer Bauernsalat mit gerösteten Kartoffeln, Speck und Pfifferlingen
1 Kästchen Kresse & Kalbswurstsalat mit selbstgebackenem Fenchel-Brot mit Kresse
garnieren und auf Tellern anrichten und servieren.



Janina Lindemann

Auberginen-Johannisbeer-Salat im Gewürzchip-Körbchen mit Burrata, Sesam-Joghurt-Sauce und Cassis-Balsamico

Zutaten für zwei Personen

Für den Auberginen-Johannisbeer-

Salat:

- 2 schlanke Auberginen
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 cm Ingwer
- 150 g Johannisbeeren
- 1 Burrata
- 2 EL Mirin
- 2 EL Reissessig
- 2 EL Sojasauce
- ½ TL Sesamöl
- 1 ½ TL Ahornsirup
- Sonnenblumenöl, zum Braten
- 1 TL Salz

Den Ofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Aubergine waschen, halbieren, längs vierteln und kreuzförmig einritzen. Ölen und salzen und für 30 Minuten im Ofen garen. Den Ingwer schälen und klein schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen, von den Enden entfernen und ebenso klein schneiden. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und Ingwer, Frühlingszwiebeln und Knoblauch darin anschwitzen. Mirin, Reissessig, Sojasauce, Sesamöl und Ahornsirup mit in die Pfanne geben und reduzieren lassen. Die Auberginen aus dem Ofen nehmen, schälen und kleinhacken. Die Beeren waschen, mit Aubergine und Sesam-Joghurt-Sauce (Zubereitung siehe unten) vermischen und mit Salz abschmecken. Den Burrata leicht aufreißen und mit dem Cassis-Balsamico (Zubereitung siehe unten) beträufeln.

Für die Sesam-Joghurt-Sauce:

- 1 Zitrone (Saft)
- 3 EL Griechischen Joghurt
- ½ TL Sesamöl
- 1 EL Sesampaste
- Salz, aus der Mühle

Die Zitrone halbieren, eine Hälfte auspressen und den Saft mit Joghurt, Sesamöl und Sesampaste in eine Schale geben und vermengen. Mit Salz abschmecken.

Für das Körbchen:

- 1 Blatt Filoteig
- 100 g Butter
- ½ TL Schwarzkümmel
- ½ TL Koriandersamen
- ½ TL Fenchelkörner
- ½ TL Kreuzkümmel
- ½ Zucker
- 1 Prise grobes Salz

Den Ofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Gewürze in einem Mörser zerstoßen. Die Butter in einer Pfanne schmelzen lassen und Schwarzkümmel, Koriandersamen, Fenchelsamen, Kreuzkümmel, Zucker und grobes Salz darin anrösten. Den Filoteig mit der Gewürz-Butter bestreichen, zusammenfalten und über einer kleinen Schale, für ca. 10 Minuten, zu einem Körbchen backen lassen.

Für das Cassis-Balsamico:

- 200 ml roter Johannisbeersaft
- 200 ml Balsamico
- 1 Sternanis
- 1 cm Ingwer
- 100 g brauner Zucker

Den Ingwer schälen und klein schneiden. Johannisbeersaft mit Balsamico, Ingwer, Sternanis und braunem Zucker in einen Topf geben und einkochen lassen.

Auberginen-Johannisbeer-Salat im Gewürzchip-Körbchen mit Burrata, Sesam-Joghurt-Sauce und Cassis-Balsamico anrichten und servieren.



Genevieve Soler

Chicorée-Salat nach Waldorf Art mit marinierter Rote-Bete und Chicorée-Tatin mit Entenbrust-Filet

Zutaten für zwei Personen

Für die Entenbrust:

- 1 Entenbrust à 250 g
- 1 TL Piment d'Espelette
- 1 TL Kubeben-Pfeffer
- Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Entenbrust waschen, trockentupfen und Salz, Pfeffer und Piment d'Espelette würzen. In einer Pfanne von beiden Seiten für ca. 2 Minuten anbraten, herausnehmen und mit einem Thermometer in den Backofen legen. Bei einer Kerntemperatur von 57 Grad das Fleisch aus dem Ofen nehmen und eventuell mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Chicorée Salat:

- 2 Chicorée
- 1 Schalotte
- ½ Zitrone
- 1 Apfel (Gala)
- 10 g Walnuskerne
- 50 g junger Gouda

Die Walnüsse in einer Pfanne anrösten und beiseite stellen.

Den Chicorée waschen, den Strunk entfernen und in Streifen schneiden. Die Schalotte abziehen und fein würfeln. Den Apfel Waschen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und in Streifen schneiden. Die Zitrone halbieren, auspressen und mit dem Saft den Apfel beträufeln. Den Käse in kleine Würfel schneiden.

Chicorée, Schalotten, Apfel, Walnüsse, Gouda und das selbstgemachte Dressing in eine Schüssel geben und vermengen.

Für die Mayonnaise:

- 1 Ei
- 100 ml Sonnenblumenöl
- 1 EL Dijonsenf
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Ei trennen und das Eigelb mit Senf, Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben und mit einem Mixer zu Mayonnaise verarbeiten. Das Öl zuerst tröpfchenweise, dann in einem dünnen Strahl unter rühren dazugeben.

Für das Dressing:

- 1 EL Mayonnaise
- 1 EL Weißweinessig
- 1 EL Walnussöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die selbstgemachte Mayonnaise, Weißweinessig und Walnussöl in eine Schüssel geben und verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für Chicorée-Tatin:

- 1 Blatt Blätterteig
- 1 Chicorée
- ½ Zitrone (Abrieb)
- 20 g Butter
- 3 EL Puderzucker
- Fleur de Sel, zum Abschmecken

Den Ofen auf 230 Grad Umluft vorheizen.

Eine feuerfeste Form mit Puderzucker bestreuen und 2 kleine Stücke Butter darin verteilen. Den Chicorée waschen, den Strunk entfernen, in ca. 2 cm breite Stücke schneiden und auf die Butter legen. Den Blätterteig ausrollen, 2 Runde Scheiben ausstechen und auf den Chicorée legen. Die feuerfeste Form mit Chicorée und Blätterteig in den Ofen geben und für 12 bis 15 Minuten backen. Herausnehmen, die Zitrone waschen und reiben und das Chicorée-Tatin mit Zitronenabrieb und Fleur de Sel abschmecken.

Für die Rote Bete:

- 2 vorgekochte Rote Bete
- 1 EL Himbeeressig
- 1 EL Olivenöl
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Prise Zucker

Die Rote Bete abbrausen, trocken tupfen, den Strunk entfernen und in Streifen schneiden. Eine Marinade aus Himbeeressig, Olivenöl, Lorbeerblatt, Salz, Pfeffer und Zucker anrühren und die Rote Bete darin marinieren.

Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Chicorée-Salat nach Waldorf Art mit marinierter Rote-Bete und Chicorée-Tatin mit Entenbrust-Filet auf Tellern anrichten und servieren.



Daniel Dannenberg

Couscous-Salat mit Orangenfilets und glasiertem Hähnchen-Spieß

Zutaten für zwei Personen

Für den Couscous-Salat:

- 100 g Couscous
- 4 cm Ingwer
- 2 Radieschen
- 5 getrocknete Tomaten (in Öl eingelegt)
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Schote Chili
- 1 Zehe Knoblauch
- ½ Granatapfel
- 6 Orangen (Filet & Saft)
- 20 g Cashewkerne
- 2 TL Sesamöl
- 1 Bund Koriander
- 3 Wachholderbeeren
- ½ TL Kreuzkümmel
- ½ TL getrocknete Senfkörner
- 1 Prise Currypulver
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Demi-glace:

- 1 Zehe Knoblauch
- ½ rote Schote Chili
- 150 ml Apfelsaft
- 1 EL Ahornsirup
- ½ TL Speisestärke

Für den Hähnchen-Spieß:

- 1 Hähnchenbrust à 180 g
- Butterschmalz, zum Anbraten

Die Wachholderbeeren, Kreuzkümmel und Senfkörner in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Anschließend im Mörser fein zerstoßen. Den Ingwer schälen und fein reiben. Den Knoblauch abziehen und ebenfalls fein reiben. Die Chilischote längs aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein hacken.

5 Orangen auspressen und den Orangensaft, Ingwer, Chili und Knoblauch in einen Topf geben, erhitzen und die gemörserten Gewürze dazugeben. Eine Orange filetieren und zum Schluss auf den Salat legen. Den Couscous hinein rieseln und ohne Hitze quellen lassen.

Die Lauchzwiebel und Radieschen waschen, die Enden entfernen und in Scheiben schneiden. Den Granatapfel halbieren und die Kerne ausklopfen. Den Koriander abbrausen, trockenwedeln und feinhacken.

Die eingelegten Tomaten abtropfen lassen und ebenfalls hacken.

Lauchzwiebel, Radieschen, Granatapfelkerne, Koriander, Curry und getrocknete Tomaten mit Sesamöl und Couscous vermengen.

Cashewkerne kleinhacken und unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Die Chili längs aufschneiden, von den Scheidewänden und Kernen befreien und ebenfalls fein schneiden. Knoblauch und Chili mit Apfelsaft und Ahornsirup in einen Topf geben und einkochen. Abschließend mit etwas Speisestärke und Wasser sämig abbinden.

Den Ofen auf 90 Grad Umluft vorheizen.

Die Hähnchenbrust waschen, trocken tupfen, längs halbieren, in einen Gefrierbeutel geben und plattieren. Das plattierte Fleisch auf einen Bambusspieß längs aufspießen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und den Spieß von allen Seiten scharf anbraten. Den Hähnchen-Spieß aus der Pfanne nehmen, großzügig mit der Demi-glace bestreichen und im Ofen weiter garen. Zwischendurch erneut mit der Sauce bestreichen, sodass diese intensiv und zähflüssig wird.

Couscous-Salat mit Orangenfilets und glasiertem Hähnchen-Spieß auf Tellern anrichten und servieren.



Lena Ringwald

Salat aus Kaiserschoten, Queller und Flusskrebse mit Avocado-Wasabi-Eis und Parmesan-Chip

Zutaten für zwei Personen

Für die Sauce:

1 Schalotte
1 Zehe Knoblauch
50 ml Sahne
50 ml Cognac
150 ml Weißwein
300 ml Krustentierfond
½ TL weißer Pfeffer
½ TL Koriandersamen
½ TL Senfkörner
Mehlbutter (2 TL Mehl + 1 EL Butter)
1 EL Butter
1 Prise Kokosblütenzucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schalotte und den Knoblauch abziehen, fein hacken und in Butter mit dem Kokosblütenzucker anschwitzen. Mit Cognac, Weißwein und Krustentierfond ablöschen. Den weißen Pfeffer, die Koriandersamen und die Senfkörner in einem Mörser zerkleinern und dazugeben und reduzieren lassen.

Die Sahne hinzugeben und die Sauce weiter köcheln lassen. Anschließend mit Mehl und Butter abbinden und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Parmesan-Chip:

50 g Parmesan

Den Ofen auf 200 Grad Heißluft vorheizen. Den Parmesan in einem Kreis auf das Backpapier reiben und für 5 bis 7 Minuten goldbraun backen.

Für das Avocado-Wasabi-Eis:

1 große Avocado
2 Limetten (Saft + Abrieb)
50 ml Kokosdrink
2 TL Limonenöl
2 ½ TL Wasabipaste
3 TL Agavendicksaft
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Avocado schälen und das Fleisch herausholen. Die Limetten waschen, die Schale abreiben, halbieren, auspressen und den Saft zu der Avocado geben. Limonenöl, Wasabipaste, Kokosdrink, Agavendicksaft dazugeben und zu einer homogenen Masse pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und in die Eismaschine geben.

Für den Salat:

100 g Kaiserschoten
40 g Queller
1 Schalotte
½ Papaya
25 g Pinienkerne
1 TL Butter
100 ml Gemüsefond
1 EL weißer Balsamico
1 TL Agavendicksaft
1 TL geröstetes Sesamöl
¼ Bund frischer Koriander
¼ Bund frische Minze
1 Prise Chilipulver
1 Prise Kokosblütenzucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kaiserschoten waschen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden. Den Queller putzen und trocknen. Schalotte abziehen und kleinschneiden. Die Kaiserschoten und den Queller mit der Schalotte in Butter anschwitzen. Mit Gemüsefond aufgießen und dämpfen. Nach ca. 6 Minuten in einen Gefrierbeutel geben und in Eiswasser abschrecken. Die Pinienkerne in einer Pfanne anrösten.

Koriander und Minze abrausen, trockenwedeln und kleinhacken. Die Papaya schälen, in Würfel schneiden und mit Koriander, Minze, Agavendicksaft, Balsamico und Sesamöl vermengen. Mit Salz, Pfeffer, Chili und Kokosblütenzucker würzen.

Am Ende die Schoten und den Queller untermischen.

Für die Flusskrebse: Die Flusskrebsschwänze waschen und trocken tupfen. Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Flusskrebse in der Pfanne braten und mit Salz abschmecken.

- 5 ausgelöste Flusskrebsschwänze
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 TL Butter
- 1 Zweig Thymian
- Salz, aus der Mühle

Salat aus Kaiserschoten, Queller und Flusskrebsen mit Avocado-Wasabi-Eis und Parmesan-Chip auf Tellern anrichten und servieren.