



| Die Küchenschlacht – Hauptgänge und Desserts vom 4. März 2008 |

Safran-Fisch im Pergamentpäckchen von Anne Reschke

Zutaten für zwei Personen

2	Kabeljaufilets, ohne Haut , à 180 g
2 Stangen	Staudensellerie
250 g	Miesmuschelfleisch
1	Orange, unbehandelt
1	Zitrone, unbehandelt
1 Zehe	Knoblauch
2 TL	Zucker
1 EL	Butter
2 EL	Noilly Prat
5 EL	Olivenöl
1 Bund	Basilikum
1 Msp.	Safranfäden
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Fleur de Sel

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Den Staudensellerie in Stücke schneiden. Den Zucker in einem Topf karamellisieren und die Butter unterrühren. Anschließend mit 30 Millilitern Wasser und Noilly Prat ablöschen. Die Selleriestückchen dazugeben und mit Safran, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Sud fünf Minuten köcheln lassen.

Die Schale der Orange und der Zitrone mit einem Sparschäler abschälen, fein würfeln und fünf Minuten in kochendem Wasser blanchieren. Danach in einem Sieb abtropfen lassen.

Die Knoblauchzehe abziehen, fein hacken und zum Sud geben. Die Basilikumblättchen von den Zweigen zupfen, ein paar Blätter zur Dekoration beiseite legen und den Rest ebenfalls fein hacken und zum Sud geben.

Zwei Bögen weißes Backpapier (40 x 40 Zentimeter) mit Öl einpinseln.

Die Kabeljaufilets waschen, abtupfen und waagrecht halbieren. Mit dem Zitrusabrieb bestreuen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Etwas Selleriesauce auf jedes Stück Backpapier geben und die unteren Hälften des Kabeljaus auf die Selleriesauce legen. Nun die Hälfte des Muschelfleischs auf den Kabeljau legen. Diese mit der oberen Hälfte des Kabeljaus bedecken und mit einigen Esslöffeln Selleriesud und je einem Esslöffel Öl beträufeln. Das Papier verschließen und mit Küchengarn zubinden, mit der Nahtstelle nach oben auf ein Backblech setzen und im Ofen zehn Minuten garen.

Das Päckchen öffnen, mit den Basilikumblättern garnieren und im Päckchen servieren.



Mascarponetürmchen mit Himbeercoulis und Maracuja von Anne Reschke

Zutaten für zwei Personen

2 Scheiben	Blätterteig
150 g	Puderzucker
200 g	Mascarpone
5	Passionsfrüchte
100 ml	Sahne
200 g	Himbeeren, frisch
20ml	Himbeergeist
20 ml	Grand Marnier
	Minze, zum Garnieren

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Den Blätterteig auf einer leicht bemehlten Fläche ausrollen und mit einem Dessertring vier Kreise ausstechen. Die Kreise mit etwas Puderzucker bestäuben und zehn Minuten im Backofen backen, bis der Zucker karamellisiert ist. Die Blätterteigteilchen abkühlen lassen.

Das Passionsfruchtfleisch mit einem Teelöffel auskratzen. Den Mascarpone mit etwas Grand Marnier, Puderzucker und Sahne cremig rühren. Das ausgekrazte Passionsfruchtfleisch unterrühren.

Ein paar Himbeeren für die Garnitur beiseite legen. Die restlichen Himbeeren mit etwas Puderzucker und Himbeergeist pürieren.

Die Blätterteigkreise aufschneiden. Den Mascarpone zwischen die Blätterteigteilchen füllen, auf einen Teller setzen und mit Himbeercoulis und Maracuja ausgarnieren. Die Teller mit Minzeblättchen und Himbeeren garnieren und mit Puderzucker bestäuben.



Rotbarschfilet in Walnuss-Panade mit italienischem Kartoffelsalat von Matthias Wagner

Zutaten für zwei Personen

2	Rotbarschfilets, à 180 g, küchenfertig
2	Zitronen, unbehandelt
2	Eier
2	Schalotten
500 g	Kartoffeln, klein
100 g	Mehl
30 g	Semmelbrösel
30 g	Walnusskerne, gerieben
4 EL	Sonnenblumenöl
2 Zehen	Knoblauch
4 EL	Olivenöl
1 Bund	Petersilie
1 Bund	Oregano
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Pfeffer, weiß

Zubereitung

Die Kartoffeln putzen und mit Schale in Salzwasser gar kochen.

Knoblauch und Schalotten abziehen und würfeln. Die Kartoffeln abgießen, vierteln und mit Salz, Olivenöl und schwarzem Pfeffer würzen. Mit den Schalotten sowie dem Knoblauch mischen. Anschließend von einem halben Bund Oregano die Blättchen abzupfen, zu den Kartoffeln geben und alles gut vermischen.

Die Rotbarschfilets abspülen und trocken tupfen. Eine Zitrone heiß abspülen, die Hälfte der Schale abreiben und mit den Semmelbröseln und den geriebenen Walnusskernen in einem tiefen Teller mischen. Die Zitrone halbieren, auspressen und die Fischfilets mit dem Saft beträufeln.

Die Eier in einem tiefen Teller mit Salz und weißem Pfeffer verquirlen. Das Mehl in einen weiteren Teller geben.

Die Fischfilets salzen, mit weißem Pfeffer würzen, anschließend im Mehl wenden, durch die Eiermasse ziehen und in der Nuss-Zitronen-Mischung wenden. Die Panade etwas andrücken.

Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und die Fischfilets bei mittlerer Hitze von beiden Seiten vier Minuten braten.

Eine Zitrone vierteln. Etwas Petersilie zupfen. Den Fisch auf Tellern anrichten und den Kartoffelsalat dazugeben. Die Zitronenviertel anlegen und mit etwas Petersilie garnieren.



Exotischer Fruchttraum von Matthias Wagner

Zutaten für zwei Personen

1	Mango
1	Papaya
1	Sternfrucht
6	Physalis
5 EL	Zucker
1 Stange	Zitronengras
1 Schote	Vanille
1 Bund	Koriander
50 g	Naturjoghurt
1 EL	Honig

Zubereitung

Die Mango und die Papaya schälen und das Fruchtfleisch klein würfeln. Die Sternfrucht und die Physalis ebenfalls klein schneiden und das Obst in eine Schüssel geben.

Vier Esslöffel Zucker und vier Esslöffel Wasser zusammen mit dem Zitronengras und der Vanilleschote in einen kleinen Topf geben und bei mittlerer Hitze fünf Minuten köcheln lassen.

Den Sud vom Herd nehmen, durch ein Sieb abgießen und über die Obststücke geben.

Ein halbes Bund Koriander hacken, zum Obst geben und alles miteinander mischen.

Den Naturjoghurt mit dem Honig verrühren und mit einem Esslöffel Zucker abschmecken. Den Fruchttraum in zwei Schälchen anrichten und je zwei Esslöffel Joghurt darüber geben.



Hauptgang: Entrecôte mit Rotweinsauce und Mandelmöhren von Jens Braak

Zutaten für zwei Personen

2	Entrecôte, vom Rind, à 250 g
3 Scheiben	Rinderknochen, mit Mark
25 g	Tomatenmark
500 g	Möhren
50 g	Schalotten
400 ml	Rinderfond
500 ml	Rotwein, trocken
100 ml	Riesling
100 g	Mandeln, gehobelt
10	Pfefferkörner, ganz
1	Lorbeerblatt
1 Zweig	Thymian
1 EL	Zucker
5 EL	Butter
3 EL	Olivenöl
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Schalotten abziehen und würfeln. Einen Esslöffel Butter in einem Topf erhitzen und die Schalottenwürfel, Rinderknochen und das Tomatenmark darin bei mittlerer Hitze fünf Minuten anschwitzen. Nach und nach mit 250 Millilitern Rotwein ablöschen und einkochen lassen.

Die Möhren schälen und schräg in dicke Scheiben schneiden. Einen Esslöffel Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Möhren darin anschwitzen, mit dem Zucker bestreuen und fünf Minuten karamellisieren lassen. Die Möhren mit Weißwein ablöschen und einreduzieren.

Einen Esslöffel Butter mit zwei Esslöffeln Olivenöl in einer Pfanne bei starker Hitze erwärmen. Das Entrecôte salzen und pfeffern und von beiden Seiten drei Minuten scharf anbraten.

Das Fleisch auf einen Teller geben und im Backofen unter Alufolie nachgaren lassen. Die Rinderknochen aus der Tomaten-Zwiebel-Sauce entfernen und den Rest in die Fleischpfanne geben. Mit Fond und dem restlichen Rotwein ablöschen. Die Pfefferkörner, den Lorbeer und den Thymian zugeben und die Sauce bei mittlerer Hitze auf ein Viertel einreduzieren lassen.

In einer weiteren Pfanne die Mandelblätter ohne Fett goldbraun rösten und dann zu den Möhren geben.

Die Rotweinsauce durch ein Sieb passieren, mit Butterflöckchen aufmontieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Fleisch und die Möhren auf Tellern anrichten und mit der Sauce beträufeln.



Crêpe à l'Orange von Jens Braak

Zutaten für zwei Personen

100 g	Mehl
150 ml	Milch
3	Orangen, unbehandelt
2	Eier
50 g	Butter, weich
1 Schote	Vanille
2 EL	Orangenlikör
1 Msp.	Backpulver
50 g	Schokolade, zartbitter
	Puderzucker
	Salz

Zubereitung

Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen.

Eier und Mehl verrühren und die Milch unter ständigem Rühren dazugeben. Das Backpulver, eine Prise Salz, das Vanillemark und 40 Gramm weiche Butter hinzufügen. Den Teig sofort kalt stellen.

Zwei Orangen halbieren, auspressen, den Saft in einem Topf bei mittlerer Hitze um die Hälfte einreduzieren lassen. Die Schale der letzten Orange mit einem Zestenreißer ziselieren. Anschließend die Orange filetieren und die Filets und den Orangenlikör zum heißen Orangensaft geben.

Die restliche Butter in einer Pfanne schmelzen und die Orangenzesten darin bei geringer Hitze anrösten. Die Schokolade raspeln.

Den Teig in eine Crêpepfanne geben und dünn ausbacken. Einige der Orangenfilets und etwas Sauce auf den Crêpe geben und zuklappen. Auf einen Teller geben, die Orangenzesten und etwas Schokoladenraspel darüber streuen und mit Puderzucker bestäuben. Mit dem zweiten Crêpe ebenso verfahren.



Mediterrane Polenta mit Lachsfilet von Sandra Lindemann

Zutaten für zwei Personen

2	Lachsfilets, à 200 g
200 g	Polenta
1 TL	Gemüsebrühe, gekörnt
1	Ei
150 ml	Milch
3	Tomaten, getrocknet, in Öl
1 Zehe	Knoblauch
1	Zwiebel
2 Zweige	Basilikum
1 Zweig	Thymian
1 Zweig	Rosmarin
1	Limette, unbehandelt
20 g	Butter
100 g	Parmesan
	Olivenöl
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

400 Milliliter Wasser zum Kochen bringen, die Gemüsebrühe hinzugeben und die Polenta mit einem Schneebesen gleichmäßig einrühren. 20 Gramm Butter hinzufügen und das Ganze bei niedriger Hitze quellen lassen.

Die Tomaten in feine Würfel schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und ebenfalls würfeln. Basilikum, Thymian und Rosmarin zupfen und alles zusammen im Öl der eingelegten Tomaten in einer Pfanne fünf Minuten anbraten. Den Pfanneninhalt zur Polenta geben.

Das Ei trennen und das Eiweiß steif schlagen. Das Eigelb mit 50 Millilitern Milch verrühren und zur Polenta geben. Sollte die Masse zu fest sein, mit etwas Milch verdünnen. Das Eiweiß mit einem Teigschaber unterheben.

Die Lachsfilets abspülen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. Die Schale von einer halben Limette abreiben. Die Limette halbieren und auspressen und das Lachsfilet mit dem Saft und dem Abrieb bepinseln. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Fisch von beiden Seiten anbraten.

Den Parmesan reiben. Die Polenta mit dem Lachs anrichten und mit Parmesan bestreuen.



Quark-Mohn-Creme mit Vanille-Mango von Sandra Lindemann

Zutaten für zwei Personen

1	Mango
100 ml	Birnensaft
50 g	Mohnback
250 g	Quark, 20% Fett
50 g	Zucker
200 g	Sahne
2 Schoten	Vanille
2 EL	Mohnsamen
2 Zweige	Zitronenmelisse

Zubereitung

Das Fruchtfleisch der Mango vom Stein trennen und in Würfel schneiden. Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark auskratzen.

In einem kleinen Topf die Mangowürfel mit der Hälfte des Vanillemarks und dem Birnensaft bei mittlerer Hitze zehn Minuten aufkochen.

Mohn, Quark, Zucker und das restliche Vanillemark verrühren.

Die Sahne steif schlagen und unter die Quarkcreme heben.

Die Creme mit den Mangowürfeln anrichten. Mit Mohnsamen und Zitronenmelisse dekorieren.



Roastbeef im Worcestershire-Sud von Wolfgang Mertel

Zutaten für zwei Personen

2	Roastbeefs, à 220 g, küchenfertig
3	Zwiebeln, mittelgroß
250 g	Kartoffeln, mehlig kochend
0,5 Bund	Lauchzwiebeln
0,5 Bund	Petersilie, glatt
3 Zehen	Knoblauch
500 ml	Weißwein, trocken
125 ml	Worcestershire Sauce
2 EL	Senf, scharf
1 EL	Tabasco
3 EL	Sahne
50 ml	Rinderjus
2 cl	Cognac
1 EL	Sonnenblumenöl
	Öl, zum Frittieren
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Salz

Zubereitung

Den Ofen auf 90 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Öl in einer Friteuse oder einem Topf erhitzen.

Das Roastbeef plattieren, mit dem scharfen Senf bestreichen, pfeffern, zu einer Rolle aufwickeln und ruhen lassen.

Die Kartoffeln schälen, der Länge nach halbieren und in Scheiben schneiden. Die Zwiebeln und die Knoblauchzehen abziehen und würfeln.

Etwas Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln und den Knoblauch darin andünsten. Das aufgerollte Fleisch in der Pfanne kurz anbraten und anschließend samt Pfanne im Backofen zehn Minuten ziehen lassen.

Die Worcestershire Sauce über die Zwiebeln geben und kurz einreduzieren lassen. Anschließend den Wein in die Pfanne geben und erneut einreduzieren lassen. Den Rinderjus zugeben und wiederholt einkochen, mit Tabasco abschmecken. Das Fleisch zugeben.

Die Kartoffelscheiben im heißen Öl goldgelb ausbacken und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Noch mal ins heiße Fett geben, kurz garen lassen und wieder abtropfen lassen.

Den Cognac in einem separaten Topf erwärmen und flambieren. Anschließend über das Fleisch geben, drei Minuten ziehen lassen, herausnehmen und salzen.

Etwas Petersilie zupfen. Lauchzwiebeln klein schneiden.

Das Fleisch auf vorgewärmten Tellern anrichten. Die Kartoffeln seitlich anlegen und nachsalzen. Die Sauce mit Sahne anreichern und auf das Steak gießen. Mit Petersilie und Lauchzwiebeln garnieren.



Besoffene Marille im Palatschinken von Wolfgang Mertel

Zutaten für zwei Personen

6	Marillenhälften, in Marillenlikör eingelegt
250 g	Mehl
4	Eier
1 Prise	Salz
3 EL	Zucker
370 ml	Vollmilch
30 g	Butter
1 Schote	Vanille
2 Kugeln	Vanille-Eis
6 cl	Marillenlikör
100 g	Schokolade
1 Zweig	Minze
	Puderzucker

Zubereitung

Mehl, Eier, Milch, Zucker und eine Prise Salz zu einem lockeren Teig verrühren. Die Marillenhälften im Likör erwärmen. Die Vanilleschote hinzugeben.

Butter in einer Pfanne zergehen lassen und aus dem Teig zwei Pfannkuchen backen. Die erwärmten Marillen in die Pfannkuchen legen. Den Pfannkuchen halb zuklappen, so dass die Früchte bedeckt sind.

Auf Tellern anrichten und seitlich eine Kugel Vanille-Eis anlegen. Die Schokolade raspeln. Mit Puderzucker, Minzblättchen und Schokoladenraspel garnieren.