



| Die Küchenschlacht – Leibgerichte vom 16. Juni 2008 |

Asiatische Putenroulade mit Nudeln und Madeirasauce von Ingo Weller

Zutaten für zwei Personen

2	Putenbrustfilets, à 130 g
200 g	Spaghettinudeln
1	Karotte
1	Paprika, rot
20 g	Shiitake-Pilze
50 g	Sojasprossen
1 Zweig	Koriandergrün
1 Knolle	Ingwer
2	Schalotten
1 Zehe	Knoblauch
1 TL	Wasabipaste
100 ml	Madeira
100 ml	Kalbsfond
2 TL	Sweet-Chili-Sauce
2 TL	Sojasauce
1 Zweig	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
20 g	Butter
2 EL	Sesamöl
	Salz
	Pfeffer
	Chilipulver

Zubereitung

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Paprikaschote halbieren, entkernen, von den Scheidewänden befreien und in feine Streifen schneiden. Die Karotte schälen und ebenfalls in feine Streifen schneiden. Die Shiitake-Pilze putzen und fein schneiden. Ein Stück vom Ingwer schälen und fein würfeln.

Die Chili-Sauce und die Sojasauce in eine Schüssel geben und vermischen. Das Gemüse, die Pilze, das Koriandergrün und einen Esslöffel Ingwer in die Sauce geben und ziehen lassen.

Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Die Filets in Frischhaltefolie legen und mit einer Pfanne dünn plattieren. Anschließend mit dem Wasabi bestreichen und das Gemüse mit der Sauce auf dem Fleisch verteilen, aufrollen und mit Zahnstochern befestigen.

Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen, die Rouladen von allen Seiten anbraten und anschließend im Ofen für zehn Minuten fertig garen lassen.

Die Schalotten und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Den Thymian und den Rosmarin zupfen. Danach das Ganze in die Fleischpfanne geben und anschwitzen. Mit Madeira ablöschen, den Kalbsfond angießen und einkochen lassen. Abschließend den Rosmarin und den Thymian hinzufügen.

In der Zwischenzeit die Nudeln in reichlich Salzwasser bissfest kochen. Die Sauce durch ein Sieb gießen, mit zehn Gramm Butter erneut einkochen lassen und anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Nudeln abgießen. Die restliche Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, die Spaghetti darin schwenken und mit Chili abschmecken.

Die Rouladen in Scheiben schneiden. Die Spaghetti und das Fleisch auf Tellern anrichten, mit der Sauce beträufeln und mit den Sprossen garnieren.

Brezelknödel mit Schweinefilet und Pfeffer-Champignons von Victoria Taubert

Zutaten für zwei Personen

4	Schweinemedallions, à 70 g, küchenfertig
4	Brezeln, vom Vortag
3	Eier
1	Zwiebel
50 g	Katenschinken
40 g	Champignons, braun
2 EL	Crème fraîche
300 ml	Milch
125 ml	Gemüsefond
3 EL	Olivenöl
50 g	Butter
50 g	Kräuterbutter
	Pfefferkörner, schwarz
	Cayennepfeffer
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Die Brezeln in kleine Würfel schneiden.

150 Milliliter der Milch in einem Topf aufkochen lassen und die Eier aufschlagen und unterrühren. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken und über die Brezeln geben. Anschließend für zehn Minuten ziehen lassen.

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Zwiebel abziehen und in kleine Würfel schneiden. Den Katenschinken ebenfalls fein würfeln. 25 Gramm Butter in einer Pfanne zerlassen und die Hälfte der Zwiebelwürfel und die Schinkenwürfel darin andünsten. Diese Masse anschließend über die Knödelmasse geben. Alles mit Salz und Pfeffer würzen und zu einem Teig kneten. Den Teig stangenförmig erst in Klarsicht- und anschließend in Alufolie hüllen. An den Enden wasserdicht verschließen und in kochendem Wasser 15 Minuten kochen lassen. Abschließend in Scheiben schneiden.

Die Schweinemedallions waschen und trocken tupfen. Anschließend salzen, pfeffern und in einer Pfanne mit dem Öl bei mittlerer Hitze zwei Minuten anbraten. Danach das Fleisch in den Ofen legen und zwölf Minuten rosa garen. Die restliche Butter und 25 Gramm Kräuterbutter in den Sud geben.

Die Stiele der Champignons entfernen und in Scheibchen schneiden. Die restlichen Zwiebelwürfel mit den Pilzen in einer Pfanne anbraten. Anschließend die Pfefferkörner hinzugeben und alles gut vermischen. Die Medallions aus dem Ofen nehmen, salzen und pfeffern und mit der restlichen Kräuterbutter bestreichen.

Die Crème fraîche in einer weiteren Pfanne zerlassen, die restliche Milch und den Gemüsefond dazugeben und aufkochen lassen. Anschließend mit Salz abschmecken.

Die Knödel zusammen mit den Pfeffer-Champignons und den Medallions auf Tellern anrichten, mit Sauce beträufeln und servieren.



Köfte mit Tomatensauce und Knoblauchjoghurt von Wilhelm Sprang

Zutaten für zwei Personen

250 g	Hackfleisch, vom Rind
250 g	Hackfleisch, vom Lamm
2 Scheiben	Weißbrot
1	Zwiebel
4 Zehen	Knoblauch
1	Ei
1	Fladenbrot
4	Fleischtomaten
500 g	Joghurt, türkisch, 3,5%
2 Zweige	Petersilie, glatt
2 Schoten	Peperoni, grün
1 TL	Kreuzkümmel
1 TL	Schwarzkümmel
2 TL	Paprikapulver, süß
1 TL	Rosenpaprikapulver, scharf
4 EL	Butter
	Olivenöl, zum Anbraten
	Fleur de Sel
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Rinde vom Brot abschneiden, kurz in Wasser einweichen lassen und gut ausdrücken. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Zwei Zehen Knoblauch ebenfalls abziehen, die Petersilie zupfen und beides fein hacken. Einen Esslöffel der Petersilie beiseite legen. Das Hackfleisch zusammen mit dem Brot, dem Ei, dem Knoblauch, den Zwiebelwürfeln, drei Esslöffeln der Petersilie, einem Esslöffel Paprikapulver und dem Kreuz- und Schwarzkümmel vermischen und zu einer Masse verkneten. Anschließend kalt stellen.

Die Tomaten am Stilansatz einritzen, in kochendes Wasser geben, anschließend abziehen, halbieren, entkernen und sehr fein würfeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Tomatenwürfel hinzufügen und zwei Minuten köcheln lassen. Danach mit einer Gabel zerdrücken und mit Salz und Pfeffer würzen.

Aus der Fleischmasse kleine Köfte-Frikadellen formen und in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten anbraten.

Den restlichen Knoblauch abziehen, klein hacken und mit dem Joghurt und etwas Salz glatt rühren. Anschließend kalt stellen.

Das Fladenbrot im Backofen erwärmen und danach in mundgerechte Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Peperonischoten im Ganzen anbraten.

Das Fladenbrot auf Tellern anrichten, die Köfte auf das Brot legen und mit der Tomatensauce garnieren. Die Joghurtsauce darüber träufeln.

Die Butter in einer Pfanne zerlassen. Das restliche Paprikapulver, Rosenpaprika und den Esslöffel Petersilie dazugeben und erhitzen. Das Ganze über die Köfte geben und mit je einer Peperonischote garnieren und servieren.



Riesengarnelen mit Tomatensauce und Baguette von Sigrid Konopatzki

Zutaten für zwei Personen

10	Riesengarnelen, mit Kopf und Schale
100 g	Tomaten, aus der Dose
1	Baguette, klein
2	Schalotten
1	Zitrone, unbehandelt
3 Zweige	Rosmarin
3 Zweige	Thymian
1 Blatt	Zitronensalbei
3 Zweige	Basilikum
2 Zweige	Knoblauch
1 Knolle	Knoblauch
1	Lorbeerblatt
1 EL	Balsamicoessig, weiß
4 EL	Olivenöl
	Zucker
	Salz
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Garnelen von Kopf und Schale befreien, am Rücken einritzen und den Darm entfernen. Anschließend waschen und trocken tupfen.

Beide Enden der Zitrone abschneiden, so dass sie standfest ist. Anschließend halbieren und eine Hälfte pressen. Die Garnelen mit dem Saft beträufeln. Die andere Hälfte der Zitrone rautenförmig einschneiden, so dass eine Sternform entsteht.

Die Schalotten abziehen und in sehr feine Würfel schneiden. Die Knoblauchknolle abziehen halbieren und zwei Zehen einer Hälfte abziehen und fein hacken. Zwei Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebel- und die Knoblauchwürfel darin glasig andünsten. Die Tomaten abgießen und mit in die Pfanne geben. Mit Balsamico, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Einen Zweig Rosmarin, das Salbeiblatt, zwei Zweige Thymian, das Lorbeerblatt und den Knoblauch in einen Teefilter geben, mit in die Pfanne legen und 15 Minuten köcheln lassen.

In einer weiteren Pfanne das restliche Öl erhitzen. Die halbe Knoblauchknolle mit der Schnittstelle nach unten zusammen mit dem restlichen Thymian und dem Rosmarin hineingeben und die Garnelen darin garen lassen.

Das Baguette in Scheiben schneiden. Den Teefilter aus der Pfanne nehmen und die Sauce nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Basilikum zupfen.

Die Garnelen zusammen mit der Sauce auf Tellern anrichten und mit dem Zitronenstern und den Basilikumblättern garnieren. Die Baguettescheiben dazu reichen und servieren.



Zander auf gebratenem Spargel mit Kerbelsauce von Claus Dieter Müller

Zutaten für zwei Personen

2	Zanderfilets, à 200 g, mit Haut
250 g	Spargel, weiß
2	Schalotten
1	Zitrone, unbehandelt
2	Fleischtomaten
250 ml	Fischfond
120 ml	Crème double
40 ml	Champagner
2 Bund	Kerbel
1 Zehe	Knoblauch
1 Prise	Zucker
50 g	Butter
	Pfeffer
	Meersalz, aus der Mühle
	Olivensöl, zum Anbraten

Zubereitung

Den Spargel schälen und schräg in feine Scheiben schneiden. Die Schalotten abziehen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 15 Gramm Butter anschwitzen. Anschließend mit 25 Millilitern Champagner ablöschen, einkochen lassen, den Fischfond angießen und auf die Hälfte einreduzieren lassen.

Die Zitrone halbieren und auspressen. Den Kerbel zupfen, hacken und zwei Blätter für die Garnitur zur Seite legen. Die Crème double und den Kerbel pürieren, anschließend in einem Topf erhitzen, mit Meersalz, Cayennepfeffer und Zitronensaft abschmecken und durch ein Sieb passieren.

Zehn Gramm Butter in einer Pfanne zerlassen, den Spargel darin langsam braten und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Zander waschen und trocken tupfen. Anschließend auf der Hautseite ausschließlich salzen und auf der Fleischseite salzen und pfeffern. Die Knoblauchzehe abziehen. Den Fisch mit der Hautseite nach unten in einer Pfanne mit Öl sechs Minuten braten, wenden, die restliche Butter und die Knoblauchzehe hinzugeben und ohne Hitze gar ziehen lassen.

Die Tomaten am Stileinsatz einritzen, in heißes Wasser geben, häuten, halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Anschließend mit Meersalz, Pfeffer und einer Prise Zucker marinieren.

Die Kerbelsauce mit dem restlichen Champagner angießen, schaumig aufmixen und die Tomatenwürfel darin schwenken.

Den Spargel auf Tellern anrichten, die Fischfilets daraufsetzen und mit einem Kerbelblatt garnieren. Den Kerbelschaum rundherum angießen und servieren.



Türkische Köstlichkeiten von Iris Winkler

Zutaten für zwei Personen

110 g	Mehl
100 g	Kichererbsen, aus der Dose
20 g	Hefe
25 g	Trockenhefe
1	Ei
2	Yufka-Teigblätter
1 Zehe	Knoblauch
100 g	Schafskäse
1	Aubergine
100 g	Joghurt
50 g	Tahin, Sesampaste
2 Zweige	Dill
1 Bund	Petersilie, glatt
4 Zweige	Minze
2 EL	Olivenöl
	Pul Biber, (türkische Chilimischung)
	Kreuzkümmel, gemahlen
	Öl, für die Fritteuse
	Zucker
	Sesamsaat, hell
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 250 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Fritteuse mit dem Olivenöl auf 170 Grad vorheizen.

Die Hefe, die Trockenhefe, 75 Milliliter lauwarmes Wasser, das Mehl und eine Prise Salz zu einem Teig vermengen. Anschließend abdecken und ziehen lassen.

Das Olivenöl, das Ei und den Zucker in einer Schüssel verrühren. Den Brotteig damit bestreichen, mit Kreuzkümmel und Sesam bestreuen und für fünf Minuten in den Ofen geben. Anschließend etwas Wasser auf ein tiefes Blech schütten und nochmals fünf Minuten backen.

Die Teigblätter mit Wasser befeuchten. Die Petersilie und den Dill zupfen und klein hacken. Die Aubergine und in Scheiben schneiden. Den Schafskäse mit dem Dill und der Petersilie in einer Schüssel verrühren. Danach auf die feuchten Teigblätter verteilen und aufrollen. Die Auberginenscheiben zusammen mit den Teigrollen zehn Minuten in die Fritteuse geben.

Die Knoblauchzehe abziehen und klein würfeln. Die Minze zupfen und fein hacken. Die Hälfte der Minze mit dem Joghurt und dem Knoblauch vermengen und salzen.

Die Kichererbsen pürieren und anschließend mit dem Tahin, dem Kreuzkümmel und Pul Biber vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Aubergine zusammen mit den Rollen auf Tellern anrichten. Die Joghurt-Minzsauce in kleine Tassen füllen und auf den Tellern platzieren. Dazu Fladenbrot reichen, mit der restlichen Minze garnieren und servieren.