



| Die Küchenschlacht – Hauptgerichte vom 25. Juni 2008 |

Chicken Tikka Masala mit Basmatireis von Julian Groenwoldt

Zutaten für zwei Personen

2	Hähnchenbrustfilets, à 150 g
250 g	Basmatireis
200 g	Tomaten, geschält
1	Banane
1 Knolle	Ingwer
0,5 Bund	Koriander
2 Zehen	Knoblauch
3 EL	Mandeln, gemahlen
3 EL	Kreuzkümmel
3 TL	Kurkuma
3 EL	Dhania, indische, gemahlene Koriandersamen
3 EL	Garam Masala
2 TL	Chilipulver
3 EL	Kokosmilch
1 EL	Sahne
2 EL	Ghee
4 EL	Griechischer Joghurt
300g	Joghurt, natur
3 EL	Tandooripaste
1 TL	Honig
4 EL	Olivenöl
3 TL	Salz

Zubereitung

Den Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen.

Den Basmatireis kurz aufkochen lassen, den Topf von der Hitze nehmen und den Reis quellen lassen, bis der Reis die Flüssigkeit vollkommen aufgenommen hat.

Die Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Ein zentimetergroßes Stück Ingwer schälen, die Knoblauchzehen abziehen und beides fein hacken. Den Koriander ebenfalls fein hacken.

Den Ingwer, den Knoblauch, das Ghee, einen Esslöffel Kreuzkümmel, einen Esslöffel Dhania, einen Esslöffel Garam Masala, einen Teelöffel Chilipulver, zwei Esslöffel Koriander, einen Teelöffel Salz und den griechischen Joghurt zu einer Marinade vermischen.

Das Fleisch in die Marinade geben, kurz durchziehen lassen und für 15 Minuten unter gelegentlichem Wenden im Ofen garen lassen.

Die Banane schälen und in kleine Stücke schneiden. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen. Die Tomatenstücke, den Joghurt, die Banane, einen Esslöffel Dhania, einen Teelöffel Kurkuma, Sahne, die Tandooripaste und den restlichen Koriander in den Topf geben und bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren zum Kochen bringen.

Die Hitze reduzieren, so dass die Sauce nur noch leicht köchelt. Die Mandeln, einen Teelöffel Salz und die Kokosmilch hinzugeben und das Ganze erneut zum Kochen bringen. Das Hähnchen aus dem Backofen nehmen und in die Sauce geben. Mit dem Honig und dem restlichen Kreuzkümmel, Kurkuma, Dhania, Garam Masala, Chilipulver und Salz abschmecken.

Den Reis auf Tellern anrichten, das Hähnchen auf dem Reis platzieren, mit der Sauce beträufeln und servieren.



Gebratene Fasanenbrust mit Rote-Bete-Carpaccio von Waldtraut Rempfer

Zutaten für zwei Personen

2	Fasanenbrustfilets, à 150 g
50 g	Schinkenspeck, geräuchert
1	Friséesalat
1	Rote Bete, gekocht
20 g	Walnusskerne
2	Schalotten
1 Zweig	Rosmarin
4 EL	Himbeeressig
2 EL	Olivenöl
60 g	Butter
1	Baguette
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Fasanenbrustfilets waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. 20 Gramm Butter in einer Pfanne zerlassen und das Fleisch darin anbraten. Anschließend mit dem Rosmarinzweig für 20 Minuten in den Backofen geben.

Den Schinkenspeck in kleine Würfel schneiden, in der Pfanne mit 20 Gramm Butter anbraten und anschließend abtropfen lassen.

Die Rote Bete in dünne Scheiben schneiden und auf Tellern garnieren.

Die Schalotten abziehen, in feine Würfel schneiden und mit dem Schinken über die Rote Bete geben. Den Himbeeressig und das Olivenöl darüber träufeln. Die Walnusskerne fein hacken, die Hälfte davon über die Rote Bete streuen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Friséesalat und das Brot in Scheiben schneiden. Die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen und die Baguettescheiben darin kross rösten.

Die Fasanenbrust in Stücke schneiden und auf dem Rote-Bete-Carpaccio verteilen. Den Salat daneben anrichten und mit den restlichen Walnusskernen bestreuen. Dazu das Brot reichen.



Entrecôte mit Sauce Forestier und Pommes Frites von Claus Waldhüter

Zutaten für zwei Personen

500 g	Entrecôte, küchenfertig
6	Kartoffeln, festkochend
4 Zehen	Knoblauch
8	Perlzwiebeln
1	Zitrone, unbehandelt
4	Eier
3 EL	Saucenbinder, hell
2 Msp.	Senfpulver
250 ml	Weißwein, halbtrocken
2 EL	Worcestersauce
250 g	Butter
	Öl, zum Frittieren
	Olivensöl, zum Anbraten
	Meersalz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen und das Öl in der Friteuse auf 165 Grad erhitzen.

Die Knoblauchzehen abziehen und andrücken. Das Entrecôte waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne mit den Knoblauchzehen in Olivenöl anbraten. Anschließend alles im Backofen ruhen lassen.

Die Kartoffeln schälen und längs in Stäbchen schneiden. Die Pommes in der Friteuse einige Minuten vorbacken und anschließend im Ofen goldbraun ausbacken.

Die Butter in einer Sauteuse schmelzen lassen. Mit dem Wein aufgießen, kurz aufkochen lassen und den Saucenbinder unterrühren. Von der Kochstelle nehmen.

Die Zitrone halbieren und auspressen. Die Perlzwiebel abziehen und sehr fein hacken. Die Eier trennen und die Eigelb mit den Zwiebelstücken, dem Senfpulver, Salz und Pfeffer vermischen. Mit dem Zitronensaft und der Worcestersauce abschmecken. Diese Mischung in die Butter-Wein-Sauce einrühren und kräftig aufschlagen.

Das Entrecôte aus dem Backofen nehmen, schräg halbieren und mit den Pommes auf Tellern anrichten. Mit der Sauce Forestier beträufeln und servieren.



Hühnchenbrust in Feigensenfrahm mit gefüllten Kartoffelchips von Bärbel Völker

Zutaten für zwei Personen

2	Hühnchenbrustfilets, à 150 g
6	Kartoffeln, festkochend
2	Feigen
2	Schalotten
2 Zweige	Petersilie, glatt
2 Zweige	Salbei
2 Zweige	Basilikum
150 g	Schmand
4 EL	Feigensenf
4 cl	Weißwein, trocken
2 EL	Holunderbeeressig
5 EL	Butterschmalz
1 EL	Zucker
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Die Hühnerbrüste waschen und trocken tupfen. Zwei Esslöffel Butterschmalz in einer Pfanne schmelzen lassen und die Brüste von allen Seiten darin goldbraun anbraten. Anschließend herausnehmen, salzen und pfeffern, in Alufolie einwickeln und im Backofen warm stellen.

Die Schalotten abziehen, fein würfeln und mit einem Esslöffel Butterschmalz in einer Pfanne glasig anschwitzen. Mit dem Wein ablöschen, den Senf und den Schmand hinzufügen, kräftig aufschlagen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Hühnerbrüste aus dem Backofen nehmen und in der Sauce durchziehen lassen.

Die Kartoffeln schälen und in hauchdünne Scheiben schneiden. Die Petersilie, den Salbei und das Basilikum zupfen, fein hacken und miteinander vermengen. Die Kräutermischung jeweils zwischen zwei Kartoffelscheiben geben. Das restliche Butterschmalz in einer Pfanne schmelzen lassen und die Kartoffelchips darin goldbraun ausbacken. Anschließend auf Küchenkrepp abtropfen lassen und leicht salzen.

Den Zucker mit dem Holunderbeeressig in einer Pfanne erhitzen. Die Feigen vierteln, in der Pfanne durchschwenken und anschließend ziehen lassen.

Die Hähnchenbrüste auf Tellern anrichten und mit der Sauce garnieren. Die Kartoffelchips und die Feigen daneben anrichten und servieren.