



| Die Küchenschlacht – Hauptgericht vom 26. November 2008 |

Kalbsmedaillons mit Kartoffelschnee und Babymöhren von Yannika Mayer

Zutaten für zwei Personen

4	Kalbmedaillons, à 70 g
600 g	Kartoffeln
600 g	Babymöhren
1 Zehe	Knoblauch
150 g	Frischkäse, Doppelrahmstufe
150 ml	Gemüsefond
250 ml	Rinderfond
0,5 Bund	Petersilie, glatt
40 g	Pinienkerne
1 EL	Honig
9 EL	Olivenöl
1 Zweig	Rosmarin
20 g	Butter
50 g	Butter, kalt
	Pfeffer, aus der Mühle
	Salz

Zubereitung

Den Backofen auf 90 Grad Umluft vorheizen.

Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Knoblauchzehe abziehen, leicht andrücken und ins Wasser geben. Die Kartoffeln schälen, in grobe Würfel schneiden und in dem Topf gar kochen.

Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun anrösten. Die Petersilie zupfen und fein hacken.

20 Gramm Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Babymöhren von den Enden befreien und in feine Stücke schneiden. Anschließend mit dem Honig in der Pfanne andünsten. Mit dem Gemüsefond aufgießen und bei mittlerer Hitze zehn Minuten bissfest garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Kartoffeln zerstampfen und mit dem Frischkäse und sieben Esslöffeln Olivenöl durchmischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das übrige Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Anschließend von beiden Seiten anbraten. Die Medaillons salzen und pfeffern, den Rosmarinzweig dazugeben und kurz mit anbraten. Das Fleisch entnehmen und im Backofen warm stellen. Den Rinderfond aufgießen, reduzieren lassen und mit der kalten Butter aufmontieren.

Auf den Tellern je zwei Medaillons anrichten und das Fleisch mit der Sauce überträufeln. Das Gemüse dekorativ zu dem Fleisch anrichten.



Steinbutt normannischer Art mit Basmatireis von Hans Montag

Zutaten für zwei Personen

2	Steinbuttfilets, ohne Haut, à 80 Gramm
80 g	Basmatireis
125 ml	Fischfond
125 ml	Sahne
2 EL	Wermut, Noilly Prat
1 Zehe	Knoblauch
6	Kirschtomaten
6 Zweige	Thymian
2 Scheiben	Toast
30 g	Pinienkerne
70 g	Butter
1 Msp.	Cayennepfeffer
	Salz
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 260 Grad Grillstufe vorheizen.

Den Reis in gesalzenem Wasser gar kochen.

Das Toastbrot entrinden, in grobe Würfel schneiden und in einer Küchenmaschine zerkleinern. Zwei Zweige Thymian zupfen und fein schneiden. Den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Die Pinienkerne fein hacken.

30 Gramm Butter in einer Pfanne erhitzen und die Toastkrümel zusammen mit dem Thymian, dem Knoblauch und den Pinienkernen leicht anrösten und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Fischfilets waschen, trocken tupfen, pfeffern und salzen. 30 Gramm Butter in einer Pfanne erhitzen und aufschäumen. Den Fisch von beiden Seiten darin anbraten. Anschließend die Filets auf Teller legen, die Pinien-Toast-Mischung darauf geben und kurz im Ofen gratinieren.

Den Fischfond zusammen mit der Sahne in einem Topf erhitzen und um die Hälfte reduzieren lassen. Mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und Wermut abschmecken.

Die restliche Butter in einem kleinen Topf erhitzen und die Tomaten darin leicht anschmoren.

Die Sauce mit einem Stabmixer aufschäumen. Jeweils ein Fischfilet zusammen mit dem Reis auf Tellern anrichten, die Sauce darüber geben und mit den restlichen Thymianzweigen dekorieren.



Hessisch' Filet mit Handkäs uff Äbbelwoi-Soß von Petra Becker

Zutaten für zwei Personen

2	Rinderlenden, à 200 g
200 g	Handkäse
2	Schalotten
2	Äpfel, Boskop
150 ml	Apfelwein, naturtrüb
2	Kartoffeln, mehligkochend
1	Ei
1	Zwiebel
1 EL	Gries
1 TL	Balsamicoreme
1 TL	Speisestärke
100 ml	Pflanzenöl
150 g	Butterschmalz
0,5 Bund	Schnittlauch
1 Prise	Zimt
	Salz
	Pfeffer, aus der Mühle
	Cayennepfeffer
	Paprikapulver

Zubereitung

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Die Rinderlenden waschen und trocken tupfen. 70 Gramm Butterschmalz in einer Grillpfanne erhitzen und die Filets von beiden Seiten zwei Minuten scharf anbraten und mit Pfeffer würzen. Die Filets aus der Pfanne nehmen, in Alufolie einwickeln und im Backofen warm stellen. Den Bratsud aufheben.

Die Äpfel schälen, das Gehäuse ausstechen und die Äpfel in Ringe schneiden. Die Schalotten abziehen und in Ringe schneiden. Beides im Bratsud glasig andünsten und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend aus der Pfanne nehmen, auf einen Teller geben und ebenfalls im Ofen warm stellen. Den Sud erneut mit Apfelwein aufgießen und reduzieren. Mit der Balsamicoreme und Cayennepfeffer abschmecken.

Eine zweite Pfanne mit dem restlichen Butterschmalz und dem Pflanzenöl erhitzen. Die Kartoffeln schälen, grob reiben und leicht ausdrücken. Die Zwiebel abziehen und dazureiben. Das Ei und den Gries unterziehen und kräftig mit Salz und etwas Pfeffer würzen.

Das Fleisch aus dem Backofen nehmen und den Ofen auf 250 Grad Grillstufe stellen. In der Pfanne vier kleine Puffer knusprig ausbacken und auf Küchenkrepp abtropfen lassen, anschließend leicht bedecken.

Den Handkäse in Scheiben schneiden und das Fleisch mit je einer dünnen Scheibe belegen und kurz im Backofen gratinieren. Die Sauce nochmals mit Pfeffer und Salz abschmecken und eventuell mit Speisestärke leicht binden.

Den Schnittlauch fein hacken. Einen Saucenspiegel auf Tellern verteilen. Die Rinderlenden mit Schnittlauch und Paprikapulver betreuen und zusammen mit den Apfelingen und Schalotten mittig platzieren. Dazu zwei Puffer anrichten.



Gemüsepfanne mit Käse-Kräuter-Sauce von Jürgen Eichhorn

Zutaten für zwei Personen

200 g	Hähnchenbrustfilet
200 g	Bandnudeln, weiß
1	Zucchini
1	Aubergine
1	Paprika, rot
1	Tomate
1	Zwiebel
150 g	Gouda
125 ml	Gemüsefond
250 ml	Milch
1 TL	Saucenbinder
0,5 Bund	Thymian
0,5 Bund	Basilikum
0,5 Bund	Rosmarin
0,5 Bund	Oregano
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Das Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in grobe Würfel schneiden.

Die Zucchini in Scheiben schneiden, die Aubergine und die Tomate würfeln, die Paprikaschote halbieren, entkernen und ebenfalls würfeln. Die Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden.

In einer großen Pfanne Olivenöl erhitzen. Das Hähnchenfleisch unter Wenden drei Minuten darin scharf anbraten. Anschließend das Fleisch herausnehmen und zur Seite stellen. Die Zucchini, die Aubergine, die Paprika und die Zwiebeln in die Pfanne geben und unter Wenden ebenfalls drei Minuten anbraten.

Die Bandnudeln in kochendem Salzwasser al dente garen.

Die Tomatenwürfel und das Fleisch zum Gemüse geben. Die Gemüsepfanne mit dem Fond ablöschen. Das Ganze aufkochen lassen und vier Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Die Kräuter abzupfen und klein hacken. Etwas Oregano für die Garnitur zur Seite legen. Die Gemüsepfanne mit Salz, Pfeffer und den Kräutern abschmecken.

Den Käse grob raspeln. Die Milch unter Rühren in die Pfanne geben. Den Saucenbinder einrühren und die Sauce aufkochen lassen. Den Käse in die Sauce geben und unter Rühren schmelzen lassen.

Die Bandnudeln mit einer Gabel zu einem Nudelnest drehen und auf flachen Tellern anrichten. Die Hähnchen-Gemüsepfanne auf dem Nest platzieren und mit Oregano garnieren.