

| Die Küchenschlacht - Menü am 28. April 2016 |
„Hauptgericht & Dessert“ mit Johann Lafer



Hauptgang: „Saffranrisotto mit Garnelen und Rucolapesto“ von Martin Wiatrek

Zutaten für zwei Personen

Für das Saffranrisotto:

250 g Risottoreis
2 Schalotten
2 Knoblauchzehen
100 g Parmesan
100 g kalte Butter
750 ml Hühnerfond
250 ml Weißwein
0,2 g Safran
50ml Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnelen:

4 Garnelen
1 Zehe Knoblauch
4-5 Zweige Thymian
Butter, zum Anbraten
Chiliflocken, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Rucolapesto:

1 Bund Rucola
1 Bund Petersilie
2 Zehen Knoblauch
40g Pinienkerne
100 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Hühnerfond in einem Topf mit den Safranfäden erhitzen.



Für das Risotto Schalotten und Knoblauch abziehen und sehr fein würfeln. In einem Topf Olivenöl erhitzen und Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen. Reis dazugeben und ebenfalls anschwitzen. Reis mit etwas Hühnerfond und Weißwein aufgießen. Sobald die Flüssigkeit verkocht ist, noch etwas Hühnerfond aufgießen und weiterrühren, bis der Reis bissfest gegart ist. Parmesan reiben. Butter und Parmesan unter das Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnelen diese längs am Rücken aufschneiden, entdarmen, von der Schale befreien, waschen und trocken tupfen. Knoblauch abziehen und andrücken. Thymian abbrausen und trockenwedeln. In einer Pfanne Butter erhitzen Knoblauch, Thymianzweige und Garnelen darin anschwitzen. Mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken würzen.

Für das Rucolapesto Knoblauch abziehen und hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Rucola waschen, trocken schleudern und zerkleinern. Knoblauch, Petersilie, Rucola und Pinienkerne fein pürieren. Olivenöl untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Safranrisotto mit Garnelen und Rucolapesto auf einem Teller anrichten und servieren.



Dessert: „Heidelbeerpancakes mit Pistazien-Honig-Eis“ von Martin Wiatrek

Zutaten für zwei Personen

Für das Pistazieneis:

250 ml	Sahne
250 ml	Milch
4	Eier
100g	flüssiger Honig
100 g	Pistazien, gemahlen
25 g	Pistazien, gehackt

Für die Heidelbeerpancakes:

100 g	Heidelbeeren
1	Zitrone
3	Eier
250 ml	Milch
250g	Weizenmehl
50 g	Zucker
1 Pkg.	Backpulver
	Butter, zum Anbraten

Zubereitung

Den Ofen auf 80 Grad vorheizen.

Für das Eis Milch, Honig und Schlagsahne in einem Topf aufkochen. Zwei Eier trennen. Zwei Eigelbe und zwei ganze Eier mit einem Schneebesen in einer großen Schlagschüssel verrühren.

Die Schüssel auf ein heißes Wasserbad setzen. Die heiße Sahne unter ständigem Rühren zu den Eiern gießen. Die Masse über dem heißen Wasserbad dickschaumig aufschlagen. Bei einer Temperatur von 75 bis 80 Grad bindet die Ei-Sahne-Mischung. Die Konsistenz der aufgeschlagenen Masse prüfen, indem man mit einem Löffel durch die Masse zieht. Wenn sich beim Pusten auf dem Löffelrücken eine „Rose“ bildet, ist die richtige Konsistenz erreicht.

Die Eismasse vom Wasserbad nehmen, Pistazien zugeben, mit einem Pürierstab fein mixen und durch ein Sieb in eine Schüssel gießen. Die Eismasse in einer Eismaschine cremig gefrieren.

Für die Heidelbeerpancakes Eier trennen. Zitrone waschen und trocken reiben. Etwas Schale abreiben, anschließend halbieren und den Saft auspressen. Mehl, Backpulver, Zucker, Milch, Eigelb und Zitronenabrieb mit einem Spritzer Zitronensaft verrühren und 15 Minuten ruhen lassen. Heidelbeeren waschen, gut abtropfen lassen und unter den Teig geben.

Butter in einer Pfanne erhitzen, mit einem Esslöffel Teigkleckse hineingeben und jeweils ein bis zwei Minuten auf jeder Seite goldbraun backen. Im Ofen bei 80 Grad warm halten. Nocken von Pistazieneis abstechen und mit gehackte Pistazien garnieren.

Pistazieneis mit Heidelbeerpancakes auf einem Teller anrichten und servieren.



Hauptgericht: „Lammfilet mit Kartoffel-Erbesen-Stampf und mediterranen Tomaten“ von Sabine Kaiser

Zutaten für zwei Personen

Für das Lamm mit den Tomaten:

400 g	Lammfilet
12	kleine Cocktailtomaten am Strunk
2 Zweige	Rosmarin
2 Zweige	Thymian
3 Zehen	Knoblauch
1 EL	Puderzucker
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Stampf:

300 g	mehligkochende Kartoffeln
200 g	Tiefkühl-Erbesen
½ Bund	Schnittlauch
2 EL	Butter
20 ml	Sahne
60 ml	Gemüsefond

Zubereitung

Für den Stampf Kartoffeln schälen, waschen und klein würfeln. Die Kartoffeln in kochendes Salzwasser geben, nach acht Minuten die Erbsen hinzugeben.

Nach weiteren fünf Minuten Kartoffeln und Erbsen abgießen. Eine Handvoll Erbsen beiseite stellen. Schnittlauch waschen, trocknen und klein hacken. Kartoffeln und Erbsen stampfen und etwas Gemüsefond und Sahne einrühren, die Butter unterheben und das Püree mit Schnittlauchröllchen und Erbsen garnieren.

Für das Lammfilet dieses waschen und trocken tupfen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch abziehen und klein hacken, Rosmarin und Thymian abrausen und trocken wedeln. Lamm in einer Pfanne in etwas Olivenöl mit Knoblauch, Rosmarin und Thymian anbraten. Die Cocktailtomaten abrausen und am Strunk hinzugeben und leicht mitbraten. Den Puderzucker darüber stäuben.

Das Lammfilet aus der Pfanne nehmen, in Alu-Folie wickeln und ruhen lassen.

Das Lamm mit dem Stampf und den Tomaten auf Tellern anrichten und servieren.



Dessert: „Zitronen-Himbeer-Creme“ von Sabine Kaiser

Zutaten für zwei Personen

Für die Creme:

20 g	Amarettinis
2	Zitronen
200 g	TK-Himbeeren
150 g	Mascarpone
250 g	Magerquark
2 EL	Zucker
1 TL	Vanillezucker

Für die Garnitur:

3-4	Minzblätter
8	frische Himbeeren

Zubereitung

Zitronen waschen und abtrocknen. Von der Schale Zesten abreißen, dann die Zitronen halbieren und den Saft auspressen.

Quark mit Mascarpone vermischen. Zitronenschale und –saft, Zucker und Vanillezucker gleichmäßig verrühren.

Die TK-Himbeeren pürieren und durch ein Sieb streichen. Amarettini in einen Gefrierbeutel geben und mit einem Plattiereisen oder Topf zerkleinern.

Abwechselnd Quark-Mascarpone-Creme, Himbeerpüree und Amarettinibrösel in Dessertgläser schichten.

Die Zitronen-Himbeer-Creme mit Minze und Himbeeren garnieren und servieren.



Hauptgang: „Fettuccine mit Kirschtomaten und Calamaretti in schwarzer Sauce“ von Ulrich Enderle

Zutaten für zwei Personen

Für die Fettuccine:

300 g Frische Fettuccine
100 g Parmesan
Salz, aus der Mühle

Für die Calamaretti in schwarzer Sauce:

10 Calamaretti
200 g Kirschtomaten
2 Schalotten
3 Zehen Knoblauch
1 Zitrone
150g Butter
2 Zweige Thymian
2 Zweige Oregano
1 Zweig Rosmarin
1 Bund Basilikum
½ Bund glatte Petersilie
1 Briefchen Sepiatinte
200 ml Weißwein
200 ml Fischfond
2 EL Balsamico weiß
50 ml Olivenöl, zum Anbraten
1 EL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Einen Topf mit gesalzenem Wasser zum Kochen bringen.

Für die Calamaretti diese waschen, trocken tupfen und in kleine Streifen schneiden. Schalotten abziehen und klein hacken. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Calamaretti und Schalotten in eine Pfanne mit erhitztem Olivenöl geben. Mit Salz würzen und mit Zitronensaft beträufeln. Calamaretti anbraten und mit Fischfond und Weißwein ablöschen und reduzieren. Salz, Pfeffer, Balsamico und Zucker dazugeben.

Rosmarin, Thymian, Oregano abrausen, trockenwedeln. Knoblauchzehen abziehen und andrücken. Olivenöl und Butter in einer Pfanne mit Rosmarin, Thymian, Oregano und Knoblauch aromatisieren. Butter leicht aufschäumen lassen. Mit dem Löffel aromatisierte Butter zu Calamaretti-Sauce geben und mit dem Schneebesen einrühren.

Für die Fettuccine Nudeln in Salzwasser circa zwei bis drei Minuten garen und herausnehmen. Kurz in Calamaretti-Sauce schwenken, herausnehmen, auf den Anrichteteller geben und warmstellen.



Kirschtomaten waschen, vom Strunk befreien und halbieren. Petersilie und Basilikum abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und klein hacken. Sepiatinte in Calamaretti-Sauce einrühren. Halbierte Kirschtomaten in der Butterpfanne schwenken.

Calamaretti-Sauce in die Mitte der Nudeln geben. Mit Kirschtomaten, Petersilie und Basilikum verzieren. Parmesan drüber hobeln und servieren.



Dessert: „Matcha-Joghurt-Mousse auf Mango-Erdbeer-Salat“ von Ulrich Enderle

Zutaten für zwei Personen

Für die Matcha-Joghurt-Mousse:

125 g	Joghurt
200 ml	Schlagsahne
1 TL	Matcha Pulver
50 g	Puderzucker
4 Blatt	Gelatine

Für den Mango-Erdbeer-Salat:

1	Mango
250 g	Erdbeeren
1	Zitrone
50 g	Puderzucker
1	Vanilleschote

Für die Garnitur:

Minzblätter, zum Verzieren
weiße Schokolade, zum Raspeln

Zubereitung

Für die Matcha-Joghurt-Mousse Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Joghurt mit Puderzucker und Matcha-Pulver verrühren. Sahne leicht anschlagen. Gelatine ausdrücken, kurz in einem Topf erhitzen und in angeschlagene Sahne geben und noch einmal kräftig schlagen. Joghurtmasse unter die Sahne heben und verrühren. Mousse in den Kühlschrank stellen.

Für den Mango-Erdbeer-Salat Mango schälen, halbieren, entkernen und das Fleisch in Würfel schneiden. Erdbeeren waschen, von Strunk befreien und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Zitrone halbieren und auspressen. Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen. Mit Puderzucker vermengen, etwas Zitronensaft und Mark der Vanilleschote zugeben.

Zum Anrichten zwei Nocken Mousse abstechen.

Matcha-Joghurt-Mousse auf Mango-Erdbeer-Salat auf einem Teller anrichten und servieren.