

| Die Küchenschlacht - Menü am 29. März 2016 |
„Leibgerichte“ mit Alexander Kumptner



Leibgericht: „Venezianische Kalbsleber in Zwiebel-Weißwein-Sauce mit römischen Nocken und karamellisierten Orangen“ von Sybille Lietzmann

Zutaten für zwei Personen

Für die Leber:

2 Scheiben Kalbsleber a 180g
50 g Butter
Mehl, zum Mehlieren
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Nocken:

70 g Weichweizengrieß
300 ml Milch
40 g Parmesan
25 g Butter
1 Ei
1 EL Olivenöl
5 Salbeiblätter
1 Muskatnuss, zum Würzen
Salz, aus der Mühle
weißer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Orangen:

2 Orangen
50 ml Orangenlikör
50 g Puderzucker
50 g brauner Zucker

Für die Zwiebel-Weißwein-Sauce:

1 Zwiebel
100 ml weißer Balsamicoessig
250 ml Weißwein
250 ml Kalbsfond
50 ml Olivenöl

Für die Garnitur:

Salbeiblätter, zum Garnieren
Petersilie, zum Garnieren

Zubereitung

Einen Ofen auf 230 Grad in der Grillfunktion vorheizen.

Für die Nocken Milch und Butter mit etwas Salz, Pfeffer und Muskat zum Kochen bringen. Anschließend sofort vom Herd ziehen.

Für die Kalbsleber Butter in einer Pfanne zerlassen. Leber waschen, trocken tupfen, in feine Streifen schneiden und mehlieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und kurz scharf in Butter anbraten. Aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

Für die Nocken den Weichweizengrieß in die bereits erhitzte Milch geben und bei milder Hitze fünf Minuten kochen. Das Ei aufschlagen und trennen. Eiweiß kann anderweitig verwendet werden. Parmesan reiben. Eigelb und Parmesan zur Milch hinzufügen. Eine kleine Menge Parmesan beiseite stellen. Anschließend die Masse auf ein Backblech streichen und erkalten lassen.

Ein weiteres Backblech mit Backpapier belegen und einölen, mit einem Glas runde Formen aus den Nocken ausstechen und diese auf das Backpapier platzieren. Die Kreise halbieren und aus den Hälften Halbmonde formen. Salbeiblätter waschen, kleinschneiden und diese auf die Nocken geben und mit Parmesan bestreuen. Auf der mittleren Schiene im Backofen 8 Minuten übergrillen.

Für die karamellisierten Orangen Puderzucker und braunen Zucker in einer Pfanne zergehen lassen, die Orangen schälen, filetieren und zu dem Zucker geben, karamellisieren lassen und mit Orangenlikör ablöschen. Noch etwas einkochen lassen.

Für die Zwiebel-Weißwein-Sauce Olivenöl in eine Pfanne geben, die Zwiebeln abziehen, in dünne Scheiben schneiden und in der Pfanne glasig dünsten. Mit weißem Balsamicoessig und Weißwein ablöschen, etwas Kalbsfond dazugeben und einkochen lassen.

Die Kalbsleber wieder in die Pfanne geben und vorsichtig erwärmen.

Venezianische Kalbsleber mit römischen Nocken und karamellisierten Orangen auf einem Teller anrichten, mit Salbei und Petersilie garnieren und servieren.



Leibgericht: "Lachsfilet auf Mangold-Fenchel-Bett mit Röstkartoffeln" von Patrick Ganske

Zutaten für zwei Personen

Für das Lachsfilet:

- 2 Lachsfilets à 200g
- 1 EL Olivenöl
- 1 Zitrone
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Mangold-Fenchel-Bett:

- 1 Mangold, klein
- 1 Fenchel, klein
- 2 Schalotten, klein
- 100 ml Weißwein, trocken
- 2 EL Butter
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Röstkartoffeln:

- 300 g kleine Kartoffeln (Drillinge)
- 3 EL Butter
- 1 Zweig Rosmarin
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Die Kartoffeln gründlich waschen und in Salzwasser kochen.

Für das Mangold-Fenchel-Bett das Gemüse waschen, putzen und in feine Streifen schneiden. Die Schalotte abziehen und fein hacken.

Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Schalotte darin anschwitzen. Mangold und Fenchel dazugeben und einige Minuten schmoren. Anschließend das Gemüse mit Weißwein ablöschen, mit Pfeffer und Salz würzen und bei geringer Hitze gar ziehen lassen.

Während das Gemüse schmort, das Fischfilet waschen und trocken tupfen. Den Rosmarin waschen, trocknen, vom Zweig zupfen und grob hacken.

Sobald die Kartoffeln fertig gegart sind, diese abseihen.

Das Olivenöl für das Lachsfilet in einer Pfanne erhitzen, die Butter für die Röstkartoffeln in einer anderen.

Die Kartoffeln in die heiße Butter geben, mit Salz, Pfeffer und Rosmarin würzen und immer wieder wenden.



Das Lachsfilet im heißen Olivenöl von beiden Seiten kurz anbraten.

Den Saft einer halben Zitrone auspressen. Das Mangold-Fenchel-Bett auf dem Teller anrichten. Das Lachsfilet darauflegen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Zitrone beträufeln. Die Röstkartoffeln daneben anrichten.



Leibgericht: „Saltimbocca vom Zander mit Zitronenrisotto“ von Angie Alessio

Zutaten für zwei Personen

Für den Zander:

2	Zanderfilets a 150g, ohne Haut
2 Scheiben	Parmaschinken
10	Salbeiblätter
1 EL	Butter
1 EL	Mehl
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Risotto:

125g	Risottoreis
1	Zitrone
1	Schalotte
1	Knoblauchzehe
25g	Butter
25g	Parmesan
75ml	trockener Weißwein
350ml	Geflügelfond
	Olivenöl, zum Anbraten

Zubereitung

Für das Risotto die Schalotte und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Den Parmesan reiben.

Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen. Risottoreis hinzufügen und unter Rühren glasig anschwitzen. Mit Weißwein aufgießen und diesen bei niedriger Temperatur unter Rühren einkochen. Den Geflügelfond in einem weiteren Topf erwärmen. Ein Viertel des Geflügelfonds zugießen und den Reis unter häufigem Rühren so lange garen, bis die Körner die Flüssigkeit fast vollständig aufgesogen haben. Diesen Vorgang noch dreimal wiederholen, bis der Fond aufgebraucht ist und die Körner außen weich und innen noch leicht bissfest sind.

Zum Schluss Butter und Parmesan unterrühren. Den Saft einer Zitrone auspressen und die Schale abreiben. Zitronenschale und ein Esslöffel Zitronensaft hinzufügen und kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Zander diesen waschen und trocken tupfen. Salbeiblätter ebenfalls abspülen und trocken tupfen. Auf die Fischfilets jeweils eine Scheibe Schinken geben, anschließend mit jeweils zwei Salbeiblättern belegen und einwickeln.

Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Fischfilets in der Pfanne von beiden Seiten etwa drei bis vier Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die übrigen Salbeiblätter in Mehl wenden und in etwas Butter braten. Das Risotto auf Tellern anrichten. Den Zander auf das Risotto legen. Mit Salbeiblättern garnieren und servieren.



Leibgericht: „Rinderfilet im Speckmantel mit Rotweinsauce und mediterranen Kartoffeln“ von Knut Barde

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

- 2 Rinderfilets a 120 g
- 6 dünne Baconscheiben
- 3 Zweige Rosmarin
- Olivenöl, zum Anbraten

Für die Kartoffeln:

- 6 Drillinge
- 3 Stangen Lauchzwiebel
- 1 Knolle Knoblauch
- 8 grüne Oliven, entsteint
- 100g Fetakäse
- 1 Bund Petersilie
- Olivenöl, zum Anbraten
- Chiliflocken, aus der Mühle
- Grobes Salz, zum Abschmecken
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Sauce:

- 500 ml trockener Rotwein
- 50g kalte Butter
- 100 ml Sahne
- 3 Zweige Rosmarin
- 2 Stängel Petersilie, zum Garnieren
- Speisestärke, zum Abbinden
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Salz, aus der Mühle

Zubereitung

Einen Ofen auf 90 Grad Ober/Unterhitze vorheizen.

Für das Fleisch das Rinderfilet waschen und trocken tupfen. Mit den Baconscheiben umwickeln und mit Küchengarn zusammenbinden. Den Rosmarin abbrausen und trockenwedeln.

Das Fleisch kurz in einer heißen Pfanne in etwas Olivenöl von beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend bei 90 Grad in den Ofen geben und auf dem Gitter circa 25 Minuten ruhen lassen. Die Rosmarinzwige auf das Fleisch legen.

Die Kartoffeln waschen und in kleine Spalten schneiden. Drei Zehen Knoblauch abziehen und kleinschneiden. Die restliche Knolle andrücken. Die Kartoffeln mit dem Knoblauch langsam in einer Pfanne mit Olivenöl 15 bis 20 Minuten anbraten.



Petersilie abbrausen, trockentupfen und kleinhacken. Oliven, Lauchzwiebel und Feta kleinschneiden und nach etwa 20 Minuten zu den Kartoffeln hinzufügen, wenn diese fast fertig sind. Den Feta als letztes hinzufügen, damit er nicht schmilzt. Mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken abschmecken.

Für die Sauce den Wein zum Bratensatz vom Filet gießen und reduzieren lassen. Dann die restlichen Rosmarinzweige hinzufügen. Die Reduktion anschließend mit Butter und Sahne zu einer Sauce binden. Eventuell etwas Speisestärke hinzufügen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Das Filet aus dem Ofen nehmen, Band lösen, mit Pfeffer und Salz würzen und auf Teller platzieren. Mit der Sauce übergießen und die Kartoffeln danebenlegen. Mit etwas Petersilie garnieren. Servieren.



Leibgericht: „Polenta-Huhn mit Tomaten-Mais-Salat und Süßkartoffelstampf“ von Graziella Macri

Zutaten für zwei Personen

Für das Polenta-Huhn:

2	Hähnchenbrüste, a 150 g
100g	Speckwürfel
50g	Fetakäse
100 g	grüne Oliven, entsteint
50 g	Polenta (schnellkochend)
2 Zweige	Petersilie
5 EL	Cajun-Gewürz
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle

Für den Süßkartoffelstampf:

3	Süßkartoffeln
1	Zitrone
	Salz, aus der Mühle
	weißer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Tomaten-Mais-Salat:

2	vorgekochte Maiskolben
150 g	Kirschtomaten
2	Frühlingszwiebeln
1	Chilischote
1	Zitrone
50 g	Butter
2 Zweige	Petersilie
50 ml	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen.

Für den Süßkartoffelstampf die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den Saft einer Zitrone auspressen. Die Kartoffeln in Wasser mit einem Spritzer Zitrone weich kochen.

Für das Polenta Huhn die Hähnchenbrüste auf Frischhaltefolie legen und mit Salz, dem Cajun-Gewürz und der Polenta von beiden Seiten einreiben. Die Frischhaltefolie umschlagen und die Filets mit einem Fleischklopfers auf circa eineinhalb Zentimeter Dicke klopfen.

Für den Tomaten-Mais-Salat die Tomaten waschen, halbieren und in Würfel schneiden. Lauchzwiebeln und Chili putzen und in Ringe schneiden. Zitrone halbieren und auspressen. Petersilie waschen, trocken tupfen und kleinschneiden. Mit Tomaten, Lauchzwiebel und Chili in eine Schüssel geben, mit Zitronensaft verfeinern, sowie mit Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Fleisch Öl in eine heiße Pfanne geben, das Fleisch hineinlegen und von jeder Seite circa vier Minuten braten, bis es goldbraun und durchgegart ist. Oliven halbieren. Speck hinzufügen. Sobald dieser knusprig ist, die Oliven dazugeben. Gleichzeitig eine weitere Pfanne erhitzen, Butter darin zerlassen und die Maiskolben von beiden Seiten anbraten.

In der Zwischenzeit Feta in kleine Würfel schneiden, Petersilie waschen, trocken wedeln und grob hacken. Die Maiskolben hochkant aufstellen, oben festhalten und mit einem langen, scharfen Messer von oben nach unten Maiskörner abschneiden. Die Maiskörner mit den Tomaten und den Lauchzwiebeln vermengen.

Süßkartoffeln stampfen, die Zitrone halbieren und auspressen. Die Süßkartoffel mit Salz, Pfeffer und dem Zitronensaft abschmecken.

Hähnchenbrustfilet in Polenta-Panade auf Süßkartoffelstampf auf Tellern anrichten, mit Feta und Petersilie garnieren und servieren.



Leibgericht: „Schwäbisches Lendenpfännle mit Spätzle“ von Ulrich Haaf

Zutaten für zwei Personen

Für das Lendenpfännle:

2	Schweinefilets a 200 g
20 g	getrocknete Steinpilze
300 g	braune Champignons
5 cm	Meerrettich aus dem Glas
1	Zitrone
1	Zwiebel
200 g	Schlagsahne
1	Lorbeerblatt
	Gemahlener Kümmel, zum Abschmecken
1 TL	mittelscharfer Dijonsenf
200 ml	trockener Weißwein
350 ml	Gemüsefond
2 EL	neutrales Rapsöl
	Butter, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Spätzle:

200 g	Spätzlemehl
4	Eier
1 EL	Rapsöl
	Butter, zum Anbraten
1	Muskatnuss
	Salz, aus der Mühle
	Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Eine Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Die getrockneten Pilze in etwas Wasser einweichen.

Für die Spätzle die Eier aufschlagen und mit dem Spätzlemehl und dem Öl mit dem Mixer zu einem Teig verarbeiten.

Anschließend die Spätzle ins kochende Wasser schaben und für einige Minuten kochen lassen. Die Spätzle abgießen und in einer Pfanne mit etwas Butter anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Für das Lendenpfännle die Pilze putzen und kleinschneiden. Anschließend in einer Pfanne mit Butter anrösten. Beiseite stellen.

Die Schweinefilets waschen, trocken tupfen und in Medaillons schneiden. In einer Pfanne beidseitig scharf anbraten, warm stellen.



Die Zwiebeln abziehen, würfeln und in einem Topf in Öl anschwitzen, mit Gemüsefond und Wein ablöschen. Das Lorbeerblatt hinzufügen und einen Teelöffel Meerrettich dazureiben. Anschließend Senf, getrocknete Pilze und Sahne zugeben und pürieren. Mit Kümmel, Zitronenschale, Salz und Pfeffer abschmecken. Geröstete Pilze und Fleisch in die Sauce geben.

Das Schwäbische Lendenpfännle mit Spätzle auf Tellern anrichten und servieren.