



| Die Küchenschlacht – Leibgerichte vom 19. Mai 2014 |

Leibgericht: „Mango-Risotto mit Putenfleischwürfeln“ von Jörg Max Fritz

Zutaten für zwei Personen

| | |
|--------|----------------------------------|
| 200 g | Putenschnitzel |
| 125 g | Risotto |
| 200 g | Porree |
| 1 | Mango |
| 1 | unbehandelte Limette |
| 20 g | Butter |
| | Mehl, zum Binden |
| 150 ml | trockener Weißwein |
| 300 ml | Hühnerfond |
| 1 EL | Honig |
| 50 ml | Sahne |
| 1 EL | Olivenöl |
| 1 | rote Chilischote |
| | Salz, aus der Mühle |
| | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Zubereitung

Den Hühnerfond in einem Topf erwärmen.

Den Reis in einem Topf mit etwas Butter glasig dünsten. Die Chili der Länge nach aufschneiden, vom Kerngehäuse befreien, in Ringe schneiden und kurz mit dünsten. Anschließend das Ganze mit etwas Weißwein ablöschen. Nach und nach immer wieder den warmen Fond und den restlichen Weißwein hinzugeben, so dass der Reis immer bedeckt ist. Das Risotto offen bei milder Hitze circa 10 - 25 Minuten garen.

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und fein würfeln. Den Porree von den Enden befreien, die äußere Haut abziehen, gut putzen und in dünne Ringe schneiden. Eine Pfanne mit dem Olivenöl erhitzen und das Fleisch darin anbraten. Nun den Porree dazugeben, kurz mit braten und das Ganze salzen und pfeffern. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein schneiden. Die eine Hälfte in Würfel und die andere Hälfte in Spalten schneiden.

Etwas Butter erhitzen, Mehl hinzugeben und kurz anrühren. Das Ganze mit etwas Wasser und der Sahne angießen, mit dem Honig, Pfeffer und Salz abschmecken und kurz einkochen lassen.

Die Mangowürfel, das Fleisch und den Porree zum Reis geben. Die Limette halbieren und den Saft auspressen. Den Risotto mit etwas Limettensaft abschmecken.

Das Mango-Risotto mit den Putenfleischwürfeln auf Tellern anrichten, mit den Mangospalten und der Sauce garnieren und servieren.



Leibgericht: „Schweinefilet mit Kräuterkruste und Pilzrisotto“ von Vanessa Voss

Zutaten für zwei Personen

| | |
|--------|----------------------------------|
| 300 g | Schweinefilet |
| 90 g | Parmesan |
| 200 g | Risottoreis |
| 150 g | weiße Champignons |
| 150 g | braune Champignons |
| 2 | Schalotten |
| 1 | Knoblauchzehe |
| 1 Bund | Basilikum |
| 1 Bund | glatte Petersilie |
| 40 g | Butter |
| 2 EL | Paniermehl |
| 1 TL | körniger, milder Senf |
| 100 ml | Sahne |
| 100 ml | trockener Weißwein |
| 400 ml | Geflügelfond |
| | Olivenöl, zum Anbraten |
| | Salz, aus der Mühle |
| | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer beidseitig marinieren. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und das Filet von beiden Seiten darin anbraten. Anschließend das Fleisch im Backofen weiter garen. In der Pfanne mit dem Bratensud die Sahne geben und eine Sauce ziehen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eine Schalotte und die Knoblauchzehe abziehen, fein hacken und in einem Esslöffel Butter in einem Topf andünsten. Den Risottoreis dazu geben und kurz mit dünsten. Mit dem Weißwein und dem Geflügelfond den Risottoreis ablöschen. Unter ständigem Rühren weiter köcheln lassen.

Für die Kräuterkruste den Parmesan raspeln. Das Basilikum waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die gehackten Kräuter, die Hälfte des Parmesans und das Paniermehl zu einer Kräutermischung verrühren.

Das Schweinefilet aus dem Backofen nehmen, rundherum mit dem körnigem Senf bestreichen und in der Kräutermischung wenden. Auf der mittleren Schiene im Backofen fünf Minuten überbacken lassen.

Die Pilze putzen und in große Würfel schneiden. Die restliche Schalotte abziehen und klein hacken. Die restliche Butter mit dem restlichen Parmesan verrühren. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und darin die Pilze mit der Schalotte und der Butter-Parmesan-Mischung drei Minuten andünsten.

Die Petersilie waschen, trocken schütteln und klein hacken. Die Champignons unter das Risotto heben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit der gehackten Petersilie bestreuen.

Das Schweinefilet mit der Kräuterkruste und dem Pilzrisotto auf Tellern anrichten, mit der Sauce garnieren und servieren.



Leibgericht: „Porterhouse-Steak mit Chimichurri, Gemüse und gebratenen Kartoffeln“ von Hagen Rösch-Meier

Zutaten für zwei Personen

| | |
|--------|----------------------------------|
| 800 g | Porterhouse-Steak, 4-5 cm dick |
| 600 g | festkochende große Kartoffeln |
| 1 | Zuckermaiskolben, mit Blättern |
| 1 | rote Paprikaschote |
| 1 | rote Zwiebel |
| 8 | Knoblauchzehen |
| 1 Bund | glatte Petersilie |
| 1 Bund | Koriandergrün |
| 1 Bund | Minze |
| 1 TL | Chiliflocken |
| 50 ml | weißer Essig |
| 220 ml | Olivenöl |
| 50 ml | Gemüsefond |
| 50 ml | trockener Weißwein |
| | Butterschmalz, zum Anbraten |
| | grobes Meersalz |
| | Papaya-Pfeffer |
| | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Zubereitung

Die Kartoffeln waschen, schälen, in circa einen Zentimeter dicke Scheiben schneiden und mit der Ausstechform zu Kreisen stanzen. Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen die Kartoffeln darin kochen. Anschließend die Kartoffeln abtropfen und in einer Pfanne mit etwas Butterschmalz von jeder Seite kräftig anbraten, ohne sie ständig zu wenden. Die Temperatur rechtzeitig reduzieren und die Scheiben aus der Pfanne nehmen. Anschließend mit dem Meersalz und dem Papaya-Pfeffer würzen.

Die Zwiebel abziehen, in feine Ringe schneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz glasig dünsten. Die Paprika waschen, vom Kerngehäuse befreien, schälen, in Stücke schneiden und in die Pfanne dazugeben. Die Blätter vom Maiskolben entfernen, die Kolben waschen, die Maiskörner herunter schneiden und ebenfalls zu dem Gemüse geben. Anschließend den Gemüsefond und den Weißwein hinzugeben. Das Ganze fünf Minuten garen. Die Hälfte der Petersilie waschen, hacken und auch dazugeben. Mit dem Meersalz und dem schwarzen Pfeffer abschmecken. Aus den Maisblättern mit Hilfe der Zahnstocher ein Körbchen formen und das Gemüse einfüllen.

Eine Pfanne vorheizen. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in die Pfanne legen. Nach drei Minuten das Fleisch drehen. Nach etwa weiteren drei Minuten das Steak wenden. Das Fleisch sollte etwa 50 Grad Kerntemperatur haben. Zwei Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Je etwa fünf Zweige des Korianders und der frischen Minze waschen und grob hacken. Den Knoblauch und die Kräuter in eine Auflaufform streuen. Das Steak darauf legen und mit 70 Millilitern Öl begießen. Das Fleisch einige Male wenden. Mindestens fünf Minuten die Form mit Alufolie abdecken. Das Fleisch anschließend vom Knochen lösen und in Tranchen schneiden. Den Fleischsaft mit dem Öl mischen und das Fleisch beträufeln.

Die restliche Petersilie, den restlichen Koriander und die Minze waschen. Die restlichen Knoblauchzehen abziehen und mit den Kräutern zerkleinern. Anschließend Meersalz, Pfeffer und die Chiliflocken untermixen. Das restliche Öl, den Essig und 50 Milliliter kaltes Wasser zugießen und die Sauce so andicken. Bei Bedarf noch nachwürzen. Das Chimichurri sollte kräftig würzig schmecken.

Das Porterhouse-Steak mit dem Chimichurri, dem Gemüse und den gebratenen Kartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.



Leibgericht: „Hähnchenbrust auf Büffelmozzarella-Tomaten-Bett mit Spätzle und Feldsalat“ von Nadine Perschau

Zutaten für zwei Personen

| | |
|------------|----------------------------------|
| 400 g | Hähnchenbrustfilet |
| 4 Scheiben | Bacon |
| 125 g | Büffelmozzarella |
| 150 g | Feldsalat |
| 5 | Romatomaten |
| 5 | Eier |
| | Butter, zum Abschmecken |
| 500 g | Weizenmehl |
| 1 Prise | Backpulver |
| | tasmanischer Bergpfeffer |
| | Balsamico-Essig, zum Beträufeln |
| | Olivenöl, zum Anbraten |
| | Salz, aus der Mühle |
| | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Zubereitung

Zunächst den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen und einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Das Weizenmehl, einen Teelöffel Salz, das Backpulver, die Eier und 220 Milliliter Wasser in eine Rührschüssel geben und so lange schlagen, bis Luftblasen entstehen. Den Teig zehn Minuten ruhen lassen. Dann nochmals den Teig schlagen, bis er sich ziehen lässt ohne zu reißen.

Anschließend den Spätzlehobel auf den Topf mit dem kochenden Salzwasser legen. Den Teig mit dem Spatel portionieren und langsam durch die Löcher streichen. Die Spätzle kurz aufkochen lassen. Anschließend abschöpfen und mit Butter, Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Tomaten vom Strunk befreien und mit dem Mozzarella in feine Stücke schneiden. Bis auf ein paar Tomaten beides miteinander vermengen. Das Ganze mit dem tasmanischen Bergpfeffer und Salz abschmecken. Das Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne mit etwas Öl von beiden Seiten anbraten. Anschließend das Fleisch würzen und in eine Auflaufform geben. Die Tomaten-Mozzarella-Masse darauf verteilen und dann für circa zehn Minuten in den Ofen geben.

Den Bacon in einer Pfanne knusprig braten. Anschließend den Salat waschen, trocken schleudern und die restlichen Tomatenstücke hinzugeben. Das Ganze mit dem Balsamico-Essig beträufeln.

Die Hähnchenbrust auf dem Büffelmozzarella-Tomaten-Bett mit Spätzle und Feldsalat auf Tellern anrichten und servieren.



Leibgericht: „Ochsenfilet mit Rucola-Kartoffelpüree und Pilzsauce“ von Michael Seemüller

Zutaten für zwei Personen

| | |
|----------|----------------------------------|
| 300 g | Ochsenfilet, à 150 g |
| 50 g | Speck, gewürfelt |
| 250 g | mehlig kochende Kartoffeln, groß |
| 100 g | Pfifferlinge |
| 100 g | Steinpilze |
| 40 g | Rucola |
| 3 | Schalotten |
| 100 g | glatte Petersilie |
| 0,5 Bund | Rosmarin |
| 50 g | Butterschmalz |
| 100 ml | trockener Weißwein |
| 100 ml | Rinderfond |
| 30 ml | Olivenöl |
| | Muskatnuss, zum Abschmecken |
| | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |
| | Salz, aus der Mühle |

Zubereitung

Den Backofen auf ca. 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Zunächst die Kartoffeln schälen und in einem Topf mit Salzwasser kochen. Das Ochsenfilet waschen und trocken tupfen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Rosmarin einreiben. In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen und das Filet von allen Seiten darin anbraten. Dann das Fleisch für circa 20 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben.

Anschließend die Steinpilze und die Pfifferlinge putzen und kurz in etwas Butterschmalz anbraten. Dann die Schalotten abziehen und klein hacken. Die Pilze wieder herausnehmen. Anschließend die Schalotten und den Speck in der Pilzpfanne anbraten. Dann mit dem Weißwein ablöschen und auf die Hälfte ein reduzieren lassen. Nun noch den Rinderfond hinzugeben und ebenfalls ein reduzieren lassen. Die Petersilie zupfen und, bis auf ein paar Blätter zum Garnieren, hacken. Die Pilze und die Petersilie anschließend in die Sauce geben und aufkochen lassen.

Den Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern. Das Olivenöl auf circa 50 Grad erhitzen und dann mit dem Rucola zusammen pürieren. Nun die Kartoffeln abgießen, zerstampfen und die Rucola-Ölmischung unterheben. Das Ganze noch mit etwas Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Ochsenfilet mit dem Rucola-Kartoffelpüree und der Pilzsauce auf Tellern anrichten, mit der Petersilie garnieren und servieren.



Leibgericht: „Leber „Berliner Art“ mit Kartoffelcreme“ von Marita Lautenschläger

Zutaten für zwei Personen

| | |
|------------|----------------------------------|
| 4 Scheiben | Kalbsleber, à 80 g |
| 300 g | mehlig kochende Kartoffeln |
| 1 | Apfel |
| 1 | unbehandelte Zitrone |
| 1 | Zwiebel |
| 2 EL | Butter |
| 0,5 Bund | glatte Petersilie |
| 125 ml | Sahne |
| 100 ml | Fleischfond |
| | Muskatnuss, zum Abschmecken |
| | Olivenöl, zum Anbraten |
| | Salz, aus der Mühle |
| | schwarzer Pfeffer, aus der Mühle |

Zubereitung

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Zunächst die Kartoffeln schälen, waschen und in einem Topf mit gesalzenem Wasser zum Kochen bringen. Bei mittlerer Hitze circa 20 Minuten köcheln lassen. Anschließend den Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und in circa einen Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Dann die Apfelscheiben mit etwas Zitronensaft einreiben und in einem Schälchen zur Seite stellen.

Die Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden. Anschließend in einer Pfanne die Hälfte der Butter und etwas Öl erhitzen. Die Zwiebeln in die Pfanne geben und unter gelegentlichem Rühren circa zehn Minuten bei mittlerer Hitze goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und dann im Backofen warm halten.

Die Leber waschen und trocken tupfen. Anschließend die Leberscheiben in derselben Pfanne pro Seite vier bis fünf Minuten braten und erst dann salzen und pfeffern. Nun auch die Leber warm stellen.

Den Bratensatz mit dem Fleischfond ablöschen, dann etwas Sahne und den restlichen Zitronensaft hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und das Ganze einkochen lassen.

Die restliche Sahne steif schlagen. Die Petersilie klein hacken und die restliche Butter in einem Topf leicht bräunen. Anschließend die Kartoffeln abgießen, zerkleinern und pürieren. Dann die braune Butter hinzugeben und mit etwas heißem Wasser cremig schlagen. Dann mit etwas Muskatnuss abschmecken und die geschlagene Sahne unterheben.

Die Leber „Berliner Art“ mit der Kartoffelcreme auf Tellern anrichten, mit den Äpfeln, den Zwiebeln und der gehackten Petersilie garnieren und servieren.