



| Die Küchenschlacht - Menü am 23. Juli 2014 | „Hauptgerichte“ Johann Lafer

Hauptgericht: „Lammkoteletts mit Honig-Senfglasur, Kartoffelpüree und Omelett“ von Luc Hoffmann

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch:

2	Lammrippchen (am Stück) à 300 g
50 g	Butter, zum Bestreichen der Koteletts
2 EL	Honig, flüssig
1 Bund	Petersilie
2 TL	Senf, grobkörnig
	Salz
	weißer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Kartoffelpüree:

4	große, festkochende Kartoffeln à 400 g
150 g	Butter
1	Ei
100 ml	Milch
	Muskatnuss

Für das Omelett:

5	Eier
150 g	Butter zum Anbraten
1 EL	Petersilie, gehackt zum Garnieren
1 Esslöffel	Öl, zum Einreiben des Ringes
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 130 Grad vorheizen.

Für das Kartoffelpüree einen Topf mit Salzwasser auf den Herd stellen. Die Kartoffeln schälen, schneiden und im Topf garen. Die Kartoffeln anschließend abgießen und zu einem Püree mixen. Die Milch, ein Ei, etwas Muskatnuss und Butter hinzugeben.

Für das Fleisch die Koteletts in Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Butter schaumig schlagen und den Senf, den Honig, das Salz und den Pfeffer nach und nach untermischen, bis eine glatte Masse entsteht. Die Koteletts kurz von beiden Seiten scharf anbraten und dann mit der Honig-Senf-Masse bestreichen. Das Ganze circa 15 Minuten in den Ofen geben.

Für das Omelett fünf Eier in einer Schüssel mit dem Rührbesen schlagen. Eine Pfanne mit etwas Butter auf mittlerer Stufe erhitzen. Wenn die Pfanne heiß ist, die Eier in die Pfanne geben. Anschließend die Petersilie abzupfen, kleinhacken und die Hälfte über das fertige Omelett streuen. Salzen und pfeffern.

Den Ring mit etwas Öl einfetten und damit aus dem Omelett vier Kreise ausstechen. Davon einen Kreis mit dem Ring in die Mitte vom Teller legen. Den Ring mit Püree füllen und einen weiteren Kreis aus Omelett auf das Püree geben. Anschließend den Ring abziehen. Die Koteletts aus dem Ofen nehmen und auf dem Teller anrichten und die andere Hälfte der Petersilie über die Koteletts streuen.



Hauptgericht: „Lachs mit Püree-Senf-Haube und Rote-Bete-Gemüse“ von Barbara Schrimpf

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

2	Lachsfilets à 150 g (ohne Haut)
300 g	festkochende Kartoffeln
1 TL	Butter
2 Zweige	Dill
½	Zitrone
1 EL	Öl
75 ml	Milch
1 EL	Dijonnaise (Maille)
½	kleine Zwiebel
	Salz
	Pfeffer

Für die Sauce:

62,5 ml	trockener Weißwein
125 ml	Fischfond
½	kleine Zwiebel
1 EL	Mehl
70g	Schlagsahne
1 EL	Dijonnaise
	Salz
	Pfeffer

Für das Gemüse:

2 Knollen	Rote Bete, vorgegart
2 EL	Butter
½	Zwiebel
	Kümmel, gemahlen
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad Grillfunktion vorheizen.

Die Kartoffeln schälen, waschen, kleinwürfeln und circa 15 Minuten lang in Salzwasser kochen. Die Zwiebel abziehen und kleinhacken. Den Dill waschen und fein schneiden.

Die Zitrone auspressen. Den Lachs waschen, trocken tupfen und mit Salz, Pfeffer und einem Teelöffel Zitronensaft abschmecken. Anschließend im heißen Öl von jeder Seite circa eine Minute braten und danach herausnehmen.

Die Kartoffeln abgießen, die Milch dazugeben und fein stampfen. Mit der Dijonnaise und Salz und Pfeffer abschmecken und den Dill unterrühren. Den Lachs auf ein Backblech setzen und das Püree darauf verteilen. Anschließend im Backofen circa fünf Minuten lang überbacken.

Für die Sauce die Hälfte der Zwiebelwürfel in der heißen Butter andünsten. Das Mehl darüber geben und kurz anschwitzen. Den Wein, den Fischfond und die Sahne einrühren und circa drei Minuten lang köcheln. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und Dijonnaise abschmecken.

Die Rote Bete in Streifen schneiden. Butter auslassen und die restlichen Zwiebeln andünsten. Die Rote Bete zugeben, mit Kümmel, Salz und Pfeffer abschmecken und bei geringer Hitze köcheln.

Den Lachs mit dem Gemüse auf Tellern anrichten und mit der Sauce garnieren.



Hauptgericht: „Gefüllte Maishuhnbrust mit gebratenem Spargel-Tomaten-Gemüse und Kartoffelspalten“ von Katja Reuschlein

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch:

2	Maishuhnbrüste mit Haut à 200 g
100 g	Ricotta
3 EL	Semmelbrösel
1 EL	Estragon, gehackt
	Muskatnuss
2 EL	Olivenöl, zum Braten
	Salz
	Pfeffer

Für das Gemüse:

400 g	grüner Spargel
200 g	Kirschtomaten, am Strauch
50 g	weiche, getrocknete Softtomaten
100 ml	trockener Weißwein
1 Prise	Zucker
	Salz
	Pfeffer
	Olivenöl, zum Beträufeln

Für die Kartoffeln:

500 g	Drillinge
	Olivenöl, zum Beträufeln
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Für das Fleisch die Maishuhnbrüste mit Haut belassen. Eine Tasche in jede Brust schneiden. Den Estragon abzupfen und feinhacken und etwas Muskatnuss abreiben. Den Ricotta in eine Schüssel geben und mit dem Estragon, dem Salz, Pfeffer und der Muskatnuss abschmecken und zusammen mit den Semmelbröseln glatt rühren. Die Taschen mit der Ricotta-Mischung füllen, mit den Zahnstochern fixieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen und die Brüste auf der Hautseite circa vier bis fünf Minuten scharf anbraten. Anschließend das Bratfett abgießen und die Brüste auf der Fleischseite im Ofen zehn Minuten garen. Herausnehmen, kurz liegen lassen und in Scheiben aufschneiden.

Für das Gemüse die Strauchtomaten waschen, mit Olivenöl beträufeln und für zehn Minuten mit in den Ofen geben. Den Spargel von dem unteren Ende befreien, schälen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Die getrockneten Tomaten grob hacken. Den Spargel in Olivenöl in der Pfanne für drei bis vier Minuten kräftig anbraten, mit Zucker bestreuen und mit dem Weißwein ablöschen. Die getrockneten Tomaten zufügen, für fünf Minuten dünsten und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Kartoffeln waschen und für circa zehn Minuten vorkochen. Die Kartoffeln halbieren, mit Öl beträufeln und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Anschließend im Ofen 10 bis 15 Minuten fertig garen.

Das Fleisch, die Kartoffelspalten und das Gemüse auf Tellern anrichten und mit der Sauce garnieren.



Hauptgericht: „Gepfeffertes Schellfisch mit Rotweinsauce, geräuchertem Heilbutt und Stampfkartoffeln“ von Alexander Pollmann

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

2	Schellfischfilets à 150 g (mit Haut)
100 g	geräuchertes Heilbuttfilet
1 EL	Olivenöl
	Mehl, zum Bestäuben
	Salz

Für die Stampfkartoffeln:

500 g	mehligkochende Kartoffeln
2 Zehen	Knoblauch
2 EL	Butter
125 ml	Milch
	Salz
	weißer Pfeffer
	Muskatnuss

Für die Sauce:

50 g	durchwachsener Speck
125 g	Perlzwiebeln
100 g	braune Champignons
25 g	eiskalte Butter
1 TL	Mehl
350 ml	trockener Rotwein
1 Zweig	Rosmarin
1 EL	Honig
3 TL	Olivenöl
	Salz, Pfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und in Viertel schneiden. Die Knoblauchzehen abziehen. In einem Topf mit reichlich Salzwasser die Kartoffeln mit den Knoblauchzehen zum Kochen bringen und darin garen. Anschließend das Wasser abschütten und das Ganze mit dem Stampfer zerdrücken. Die Butter und die Milch kurz erwärmen und über die Kartoffelmasse geben. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Den Speck würfeln und die Perlzwiebeln abziehen, die Rosmarinnadeln abzupfen und fein hacken. Den Speck und die Zwiebeln in zwei Teelöffeln erhitztem Öl drei bis vier Minuten unter Rühren anbraten. Den Rosmarin und das Mehl dazugeben, eine Minute anschwitzen und mit Wein ablöschen. Die Sauce aufkochen und bei mittlerer Hitze auf die Hälfte einkochen lassen.

Die Champignons putzen und separat in einer Pfanne im restlichen Öl braten, anschließend zur Sauce geben und noch einmal aufkochen lassen. Die Sauce vom Herd nehmen und mit kalten Butterwürfeln binden. Mit Honig, Salz und Pfeffer abschmecken und anschließend warmhalten.

Den Schellfisch mit Salz abschmecken, mit Mehl bestäuben und in heißem Öl von beiden Seiten kräftig anbraten. Den geräucherten Heilbutt häuten und in kleine Stücke zupfen.

Die Stampfkartoffeln und den gebratenen Schellfisch auf Tellern anrichten, mit der Rotweinsauce umgießen und die Heilbuttstückchen auf den Schellfisch legen.



Grillgericht: Chili-Gambas mit Tomatensalsa-Eis von Andreas C. Studer

Zutaten für zwei Personen

Für die Gambas:

12	große Riesengambas (Tiger Prawns), geschält u. gesäubert
3	Knoblauchzehen
1	Thai-Chilischoten
2	Limetten
2	Avocados, nicht zu weich
½ Bund	Koriander
1 Flasche	Olivenöl

Für das Eis:

12	Datteltomaten
1	Frühlingszwiebel
2	Jalapeño, aus dem Glas
½ Bund	Koriander
½ Becher	Crème fraîche
1	Limette
	Fleur de Sel

Zubereitung

Die Knoblauchzehen und Chilischoten fein hacken und in eine Schüssel geben. Die Schale der Limetten abreiben und den Saft auspressen, beides danach ebenfalls in die Schüssel geben. Vier Esslöffel Olivenöl einrühren und damit die Gambas marinieren.

In der Zwischenzeit das Eis vorbereiten: Die Datteltomaten halbieren, die Frühlingszwiebel und die Jalapeños in Scheiben schneiden. Alles auf einen flachen Teller verteilen, ein halbes Bund Koriander darauflegen und das Ganze zwei Stunden tiefkühlen. Danach mit Crème fraîche in einer Küchenmaschine nicht zu fein zerkleinern und mit Salz und Limettensaft abschmecken.

Den Grill auf mittlere Hitze vorheizen und die marinierten Gambas bei mittlerer Hitze beidseitig maximal drei Minuten braten, danach die Gambas salzen. Die Avocados schälen, in zentimeterdicke Scheiben schneiden, mit Olivenöl beträufeln und grillen. Nun auch die Avocados salzen. Die Gambas zum Schluss mit der restlichen Marinade beträufeln. Die Avocados auf Tellern anrichten, die Gambas darauf geben und jeweils mit Koriander dekorieren. Je ein Löffel Salsa-Eis dazu servieren.