



| Die Küchenschlacht - Menü am 03. März 2014 | „Leibgerichte“ Alfons Schuhbeck

Leibgericht: „Scholle „Finkenwerder Art“ mit Kartoffel-Gurken-Salat“ von Monique Rasch

Zutaten für zwei Personen

2	Schollenfilets, ohne Haut
100 g	Nordseekrabben
100 g	Schinkenspeck, gewürfelt
6	kleine Kartoffeln, festkochend
1	Salatgurke
2	Schalotten
1	Zitrone
125 ml	Gemüsefond
4 EL	Essig
1 Bund	Dill
1 Bund	glatte Petersilie
1 EL	Senf, mittelscharf
1 Prise	Zucker
	Butterschmalz, zum Anbraten
	Butter, zum Abschmecken
	Mehl, zum Bestäuben
	Meersalz, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 70 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Einen kleinen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Die Kartoffeln 20 Minuten im Salzwasser kochen.

Die Zwiebeln abziehen und zusammen mit der Petersilie und dem Dill fein schneiden (etwas Petersilie und Dill für die Scholle zur Seite stellen). Die Gurke schälen, entkernen und in Scheiben schneiden.

Den Fond in einem Topf erhitzen, den Essig, den Senf, den Zucker und je etwas Salz und Pfeffer hinzufügen und zu einer Marinade verrühren.

Die Kartoffeln pellen, etwas abkühlen lassen und in Scheiben schneiden. Die Scholle salzen, pfeffern und von beiden Seiten dünn mit Mehl bestäuben. Anschließend in Butterschmalz von beiden Seiten drei bis vier Minuten anbraten.

In der anderen Pfanne den Schinkenspeck und die Krabben in Butterschmalz anbraten, mit Salz, Pfeffer und Butter abschmecken und Dill sowie Petersilie hinzufügen.

Die Kartoffeln mit der Gurke, den Zwiebeln, der Marinade und den Kräutern vorsichtig vermengen und nochmal abschmecken.

Die Scholle auf dem Teller anrichten, die Schinken-Krabben-Masse über die Scholle geben. Den Kartoffelsalat dazu anrichten und servieren.



Leibgericht: „Steppenlendchen mit Krokette“ von Christian Beiteke

Zutaten für 2 Personen

300 g	Schweinefilet
2 EL	Speck
250 g	Kartoffeln
1-2	Schalotten
1	saurer Apfel, z.B. Boskop
50 g	Semmelbrösel
10 g	Stärkemehl
10 g	Mehl
20 g	Butter
2	Eier
75 ml	Sahne
150 ml	Kalbsfond
15 g	Tomatenmark
10 g	edelsüßes Paprikapulver
1	Muskatnuss
500 ml	Rapsöl
	Butterschmalz, zum Braten
	Pfeffer, aus der Mühle
	Salz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Kartoffeln in Salzwasser gar kochen.

Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Anschließend pfeffern und leicht in Paprika und Mehl wälzen. Dann in Fett gut von beiden Seiten anbraten. Die Zwiebel abziehen und würfeln. Den Apfel schälen, entkernen und würfeln. Die Speckwürfel in einem Schmortopf auslassen, die Zwiebeln dazugeben und goldbraun braten. Anschließend die Apfelwürfel hinzufügen und einige Minuten dämpfen lassen.

Die Kartoffeln pellen und in eine Schüssel pressen. Kurz auskühlen lassen. Die Eier trennen und die zwei Eigelbe, Stärkemehl und Butter hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Anschließend kleine Krokette formen. Diese erst in Eiweiß und dann in Semmelbröseln wälzen. Die panierten Krokette mit dem Rapsöl in einer Fritteuse ausbacken, bis sie die gewünschte Farbe erreicht haben.

Das Tomatenmark und das Paprikapulver zu den Zwiebeln hinzufügen und das Mehl darüber stäuben. Anschließend den Kalbsfond und die Sahne hinzugeben. Gut abschmecken, das angebratene Schweinefilet hinzugeben und auf kleiner Flamme etwa fünf Minuten gar ziehen.

Das Schweinefilet zusammen mit den Krokette auf einem Teller anrichten. Die Sauce dazugeben und servieren.



Leibgericht: „Kalbsschnitzel mit Marsalasauce, Peperonata und Rosmarinkartoffeln“ von Michelina Ingraio

Zutaten für zwei Personen

2	Kalbsschnitzel, à 200 g
350 g	kleine Pellkartoffeln, festkochend
250 g	Kirschtomaten
3 ½	Paprikaschoten, gelb, rot und grün
1	Zwiebel, mittelgroß
1 Zehe	Knoblauch
20 g	Butter
100 ml	Marsala, trocken
2 EL	Weißwein-Essig
1 Bund	Rosmarin
	Olivenöl, zum Anbraten
	Cayennepfeffer, zum Abschmecken
	grobes Salz, zum Abschmecken
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Kartoffeln waschen und bissfest kochen.

Die Tomaten überbrühen, häuten, vierteln und entkernen. Die Paprika waschen und putzen. Beides grob schneiden. Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen und klein schneiden. Den Rosmarin waschen.

Das Olivenöl in einem Bräter erhitzen. Die Zwiebeln darin glasig dünsten. Knoblauch und Paprika hinzufügen und ebenfalls dünsten. Dann die Tomaten und zwei Zweige Rosmarin hinzufügen. Mit Essig, Salz und Cayennepfeffer würzen. Alles zugedeckt für circa 20 Minuten schmoren lassen.

Die Kartoffeln abgießen und halbieren. Etwas Olivenöl, Rosmarinnadeln und grobes Salz auf ein Backblech geben. Die Kartoffeln mit der Schnittseite auf das Backblech legen und für einige Minuten backen.

Eine Pfanne mit Öl erhitzen. Die Schnitzel waschen, trocken tupfen, halbieren oder vierteln und flach klopfen. In heißem Öl portionsweise pro Seite circa eine Minute kräftig braten und würzen. Auf einer vorgewärmten Platte anrichten.

Den Bratensatz mit Marsala ablöschen und einreduzieren. Nach und nach kalte Butterflocken unter die Sauce rühren, damit sie sämig wird. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und über die Schnitzel gießen. Die Peperonata abschmecken.

Das Kalbsschnitzel auf einem Teller mit den Kartoffeln anrichten und servieren.



Leibgericht: „Tomaten-Scampi-Pfanne mit Bandnudeln“ von Morten Vogt

Zutaten für 2 Personen

8	Riesengarnelen
300 g	Cocktailtomaten
3 Zehen	Knoblauch
2	Schalotten
2	Eier
250 ml	Sahne
200 g	Mehl
250 ml	Gemüsefond
250 ml	Weißwein, trocken
½ Bund	Dill
½ Bund	glatte Petersilie
2 EL	Tomatenmark
3 EL	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	bunter Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Eier in eine Schüssel geben und mit einer Gabel kurz anschlagen. Anschließend eine Prise Salz und zwei Esslöffel Olivenöl hinzufügen. Nun das Mehl hinzugeben und mit der Hand zu einem geschmeidigen Teig kneten. Mit der Nudelmaschine aus dem fertigen Teig Bandnudeln formen.

Die Schalotten und den Knoblauch abziehen und würfeln. Die Riesengarnelen von Kopf und Schale befreien und den Darm entfernen. Anschließend waschen und trocken tupfen. Jetzt das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen salzen und pfeffern. Anschließend die Garnelen scharf anbraten. Die Schalotten und den Knoblauch zum mitdünsten hinzugeben. Die Cocktailtomaten waschen und halbieren. Nun das Tomatenmark unterrühren und die Cocktailtomaten dazugeben. Anschließend alles mit dem Weißwein und dem Gemüsefond ablöschen und köcheln lassen.

In einem Topf Wasser aufsetzen und salzen. Die Nudeln ins kochende Wasser geben und drei bis vier Minuten kochen.

Die Petersilie und den Dill waschen, kleinschneiden und zusammen mit der Sahne in die Pfanne geben. Alles noch einmal kurz aufkochen und vom Herd nehmen.

Die Bandnudeln mit der Scampi-Pfanne auf einem Teller anrichten und servieren.



Leibgericht: „Gratinierte Polenta mit Ratatouille-Gemüse und Kichererbsen“ von Corina Mitulescu

Zutaten für zwei Personen

150 g	Schnellkoch Polenta
1	gelbe Paprika
1	rote Spitzpaprika
50 g	Aubergine
100 g	gelbe Zucchini
50 g	Kichererbsen, aus der Dose
400 g	Dosentomaten, gehackt
1	Zwiebel
3 Zehen	Knoblauch
100 g	Parmesan
2	Eier
2 EL	Crème fraîche
50 g	Butter
250 ml	Gemüsefond
1	Rosmarinzweig
1	Lorbeerblatt
3 Stengel	glatte Petersilie
2 EL	Sonnenblumenöl, zum Anbraten
2 EL	Butterschmalz, zum Anbraten
1 TL	Tomatenmark
	Cayennepfeffer, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Ofen auf 220 Grad in der Grillfunktion vorheizen.

Die Paprikaschoten waschen, den Stiel entfernen, entkernen und in maximal einen Zentimeter kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen, halbieren und in kleine Würfel schneiden. Die Zucchini und die Aubergine waschen, von den Enden befreien und in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel-, Paprika-, Zucchini- und Auberginenwürfel in einem Topf bei mittlerer Hitze in Öl zwei bis drei Minuten anschwitzen. Den Knoblauch abziehen, kleinschneiden und zusammen mit dem Tomatenmark hinzufügen und kurz mitschwitzen lassen. 50 Milliliter Gemüsefond und die gehackten Tomaten hinzugeben und 15 Minuten bei milder Hitze köcheln lassen. Den Rosmarinzweig und das Lorbeerblatt nach zehn Minuten zum Ratatouille hinzugeben.

250 Milliliter Gemüsefond in einem Topf erhitzen und die Polenta hinzugeben. Die Hitze reduzieren und die Polenta mit einem Holzlöffel etwa zwei Minuten durchgehend rühren, bis sie sich vom Topf löst.

Den Parmesan reiben, die Eier trennen und die Butter in einem Topf auf dem Herd zerlassen. Den Topf vom Herd nehmen, Eigelb, Parmesan und flüssige Butter unter die Polenta mischen. Ein hohes Backblech leicht einölen, den Maisbrei darauf gießen und mit einem Löffel zu einem etwa ein Zentimeter hohen Rechteck verstreichen und vollständig auskühlen lassen.

Mit einem Herzausstecher und einem Glas von fünf bis sechs Zentimeter Durchmesser Taler aus der kalten Polentamasse ausstechen. Mit Öl einpinseln und großzügig mit Parmesan bestreuen. Die Polentataler auf der untersten Einschubleiste des Ofens einige Minuten goldbraun gratinieren lassen.

Den Rosmarinzweig und das Lorbeerblatt aus dem Ratatouille entfernen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit gehackter Petersilie garnieren und ein bis zwei Esslöffel Crème fraîche draufgeben.

Das Gemüse mit den Polenta-Talern und dem Polenta Herz auf einem Teller anrichten und servieren.



Leibgericht: „Fischfilet alla puttanesca mit Kartoffelrösti“ von Thomas Röder

Zutaten für zwei Personen

2	Rotbarschfilets ohne Haut, à 150g
300 g	Kartoffeln, festkochend
10	schwarze Oliven, kernlos
1	Gewürzgurke, mittelgroß
2	vorgekochte geschälte Tomaten, aus der Dose
2	Lauchzwiebeln
1 Zehe	Knoblauch
2 EL	Crème fraîche
½	kleine Peperoni (rot), mittelscharf
½ Bund	Basilikum
2 Stängel	Thymian
3 Stängel	Schnittlauch, zum Dekorieren
1	Muskatnuss
6 EL	Olivenöl
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Den Knoblauch abziehen und klein hacken. Die Oliven, die Gewürzgurke und die Lauchzwiebeln kleinschneiden. Die Tomate in Scheiben schneiden. Die Peperoni aufschneiden, entkernen und sehr klein schneiden. Das Basilikum waschen, von den Stengeln befreien und klein hacken. Den Thymian waschen, trocknen, zupfen und kleinhacken. Alles in eine Schale geben.

Den Rotbarsch salzen, pfeffern und in eine Auflaufform legen. Den Fisch mit allem außer den Tomatenscheiben bestreuen, danach den Fisch mit den Tomatenscheiben bedecken. Den Deckel auflegen und 20 Minuten garen.

Die Kartoffeln schälen und in eine Schüssel reiben. Die geriebenen Kartoffeln in einem Leinentuch ausdrücken. Mit Pfeffer und Muskatnuss würzen und in zwei Esslöffel Olivenöl beidseitig braun rösten. Vor dem wenden salzen.

Die Crème fraîche mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Rösti mit einen Löffel Crème fraîche daneben und einer Olive oben drauf anrichten.

Den Fisch mit dem Gemüse auf einem Teller anrichten und servieren.