

| Die Küchenschlacht - Menü am 17. Dezember 2014 |
„Hauptgerichte“ Johann Lafer



Hauptgericht: „Rinderfilet mit Trüffelrisotto und Granatapfelkernen“ von Stefanie Rößler

Zutaten für zwei Personen

Für die Rindermedaillons:

- 2 Rinderfilets, à 200 g
- Bratöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Sauce:

- 150 g kalte Butter
- ½ Knolle Knoblauch
- 1 Zweig Liebstöckl
- 1 Zweig Rosmarin
- 200 ml roter Portwein
- 250 ml trockener Rotwein
- 500 ml Rinderfond
- 250 ml Zuckerrohrmelasse
- 250 ml dunkler Balsamicoessig
- 1 EL Tomatenmark
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Nelken
- Zucker, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Risotto:

- 80 g Risottoreis
- 1 Zitrone
- 1 Zwiebel
- 1 frischer, schwarzer Trüffel
- 40 g Parmesan
- 20 g kalte Butter
- 500 ml Weißwein
- 500 ml heller Kalbsfond
- Olivenöl, zum Anbraten
- heller Balsamicoessig, zum Abschmecken
- Zucker, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

- 1 Granatapfel



Zubereitung

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Das Bratöl in einer Pfanne erhitzen und die Rinderfilets von beiden Seiten zwei Minuten scharf anbraten. Anschließend für 25 Minuten in den Ofen geben und auf eine Kerntemperatur von 58 Grad garen.

Für die Sauce den Portwein in die Pfanne vom Fleisch geben und den Bratensatz lösen. Das Tomatenmark, Fond und die Zuckerrohrmelasse dazugeben. Die halbe Knolle Knoblauch, das Lorbeerblatt und die Nelken ebenfalls mit hineingeben. Den Liebstöckl und den Rosmarin hacken und zusammen mit dem Rotwein ebenfalls untermengen. Alles unter Rühren aufkochen lassen und mit dem Balsamicoessig abschmecken.

Für das Risotto dreiviertel des Trüffels in feine Stücke schneiden und in die kalte Butter drücken. Anschließend im Kühlschrank kaltstellen. Die Zwiebel abziehen, fein hacken und mit etwas Salz und Zucker in heißem Olivenöl im Topf anschwitzen. Den Risottoreis dazugeben und mit dem Weißwein ablöschen, sobald er glasig ist. Einkochen lassen und den Kalbsfond dazugeben, sodass der Reis knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Für circa 20 Minuten den Reis weiter erhitzen, nach und nach den Fond dazugeben, bis der Reis den gewünschten Garpunkt erreicht hat. Anschließend die Trüffelbutter aus dem Kühlschrank nehmen, die Zitrone auspressen und den Parmesan reiben. Alles unter das Risotto ziehen und das Ganze mit Salz, Pfeffer und Balsamico abschmecken.

Das Rinderfilet aus dem Ofen nehmen und drei Minuten ruhen lassen. Anschließend aufschneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Sauce passieren und in einen Topf geben. Nach Geschmack noch ein wenig mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Zum Binden noch die kalte Butter mit dem Schneebesen einrühren.

Den Granatapfel halbieren. Die eine Hälfte auspressen und aus der anderen Hälfte die Kerne lösen.

Den restlichen Trüffel fein hobeln.

Das Rinderfilet mit Trüffelrisotto und Granatapfelkernen auf Tellern anrichten und mit der Sauce, dem Trüffel und dem Granatapfelsaft garnieren.



Hauptgericht: „Kabeljaufilet mit Tomaten-Wirsing-Gemüse und Basmatireis“ von Tanja Kellner

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

375 g	Kabeljaufilet, mit Haut
2 EL	Sojaöl
1 Prise	Chilipulver
1 Prise	Paprikapulver
1 Prise	Kreuzkümmelpulver
1 Prise	Korianderpulver
1 Prise	Kurkuma
1 Prise	Nelkenpulver

Für das Tomaten-Wirsing-Gemüse:

400 g	Wirsing
150 g	Tomaten
50 g	Zwiebeln
1 Zehe	Knoblauch
10 g	Ingwer
2 EL	Tomatenmark
1 TL	Zucker
2 EL	Sojaöl
40 ml	Gemüsefond
40 ml	Reiswein
1 EL	Sojasauce
1 Prise	Chilipulver
1 Prise	Paprikapulver
1 Prise	Kreuzkümmelpulver
1 Prise	Korianderpulver
1 Prise	Kurkuma
1 Prise	Nelkenpulver

Für den Reis:

300 g	Basmatireis
	Salz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Basmatireis in kochendem Salzwasser bissfest garen.

Das Fischfilet waschen, trocken tupfen und die Gräten entfernen. Den Fisch vorsichtig mit Chilipulver, Paprikapulver, Kreuzkümmelpulver, Korianderpulver, Kurkuma und Nelkenpulver würzen.

Den Wirsing vierteln und den Strunk herausschneiden. Die Kohlviertel abspülen, gut abtropfen lassen und in schmale Streifen schneiden. Die Tomaten waschen, trocknen, halbieren, entkernen und die Stängelansätze herausschneiden.



Die Tomatenhälften in Würfel schneiden. Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen und in kleine Würfel schneiden. Den Ingwer schälen und ebenfalls klein würfeln.

Das Sojaöl für den Fisch in einem Wok erhitzen und diesen darin von beiden Seiten anbraten. Anschließend aus dem Wok nehmen. Das restliche Sojaöl in dem Wok erhitzen. Die Kohlstreifen darin unter Rühren anbraten. Ingwer-, Zwiebel- und Knoblauchwürfel hinzugeben und mit andünsten. Das Tomatenmark und die Tomatenwürfel unterrühren. Den Fond und den Reiswein hinzugießen und erhitzen. Das Gemüse mit Sojasauce, Zucker, Chilipulver, Paprikapulver, Kreuzkümmelpulver, Korianderpulver, Kurkuma und Nelkenpulver abschmecken. Den Fisch wieder in den Wok geben und kurz erwärmen.

Das Kabeljaufilet mit dem Tomaten-Wirsing-Gemüse und Basmatireis auf Tellern anrichten und servieren.



Hauptgericht: „Rehrücken mit Kürbisstampf und Portweinsauce“ von Gabriele Lönne

Zutaten für zwei Personen

Für das Reh:

400 g Rehrücken, ausgelöst
50 g Butter
50 g kalte Butter
Olivenöl, zum Anbraten
Wildgewürz, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle

Für den Kürbisstampf:

1 Hokkaido Kürbis, à 600 g
1 festkochende Kartoffel, groß
1 Orange
150 g Crème Double
50 g Butter
Olivenöl, zum Anbraten
Currypulver, zum Abschmecken
Zimt, zum Abschmecken
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle

Für die Sauce:

200 ml süßer Portwein (möglichst alt)
250 ml Rotwein
10 ml alter gereifter Balsamico
150 ml Wildfond
1 EL Rotweinessig
1 EL hochkonzentriertes Tomatenmark
50 g kalte Butter
1 Prise Zucker
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

getrocknete Cranberries

Zubereitung

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Einen Teller zum Vorwärmen hineinstellen.

Den Rehrücken in Olivenöl und Butter anbraten, mit Salz und Wildgewürz würzen und auf den vorgewärmten Teller legen. Mit der eiskalten Butter belegen. Den Rehrücken im Backofen bis zum Servieren ziehen lassen. Die Pfanne aufbewahren.

Die Kartoffel und den Kürbis schälen, die Kerne aus dem Kürbis entfernen und beides würfeln. Anschließend in Olivenöl mit Salz, Zimt und Curry andünsten.



Zuletzt den Zucker zugeben und den Kürbis karamellisieren lassen. Die Orange auspressen und mit dem Saft ablöschen. Schmoren lassen, bis Kartoffel und Kürbis weich sind und anschließend mit der Butter stampfen. Nach Belieben mit Crème Double verfeinern.

Für die Sauce das Tomatenmark in der Pfanne mit dem Bratensatz anrösten und mit Rotweinessig ablöschen. Den Wildfond und den Rotwein dazugeben und reduzieren. Den Portwein, Salz, Zucker und Pfeffer dazugeben und die Sauce kurz aufkochen lassen. Anschließend den Topf vom Herd ziehen, die Sauce mit der eiskalten Butter binden und mit dem Balsamico abschmecken.

Den Rehrücken in Scheiben schneiden.

Den Rehrücken mit Kürbisstampf und Portweinsauce auf Tellern anrichten, mit einigen Cranberries garnieren und servieren.



Hauptgericht: „Gefüllte Hähnchenschenkel mit Kohlrabigemüse“ von Kurt Nowak

Zutaten für zwei Personen

Für die Hähnchenschenkel:

2	Hähnchenschenkel, ausgelöst
50 g	Bauchspeck, vom Schwein
3 Scheiben	Toastbrot
1	Schalotte
1	Ei
½ Bund	Petersilie
50 g	Champignons
75 g	Butterschmalz
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Kohlrabigemüse:

1	Kohlrabi, mit Blättern
1	Schalotte
1 EL	Kartoffelstärke
50 ml	Gemüsefond
50 ml	Sahne
1	Muskatnuss
	Butter, zum Anbraten
	Chiliflocken, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen.

Für die Füllung der Hähnchenschenkel den Bauchspeck fein würfeln und in der Pfanne auslassen. Die Petersilie fein hacken. Die Champignons putzen und grob schneiden und die Schalotte abziehen, etwas feiner würfeln und beides in die Pfanne geben. Das Toastbrot würfeln, eine Hälfte in die Pfanne geben und kurz mit rösten. Den Inhalt der Pfanne im Anschluss mit den restlichen Toastbrotwürfeln und der gehackten Petersilie in eine Schüssel geben. Das Ei trennen und das Eigelb ebenfalls in die Schüssel geben. Die Füllung mit Salz und Pfeffer würzen und gut vermengen.

Die Füllung in die Hähnchenschenkel geben. Diese in Alufolie einwickeln und dabei die Hautseite freilassen. Eine Pfanne mit Butterschmalz erhitzen und das Hähnchen auf der Hautseite anbraten. Anschließend die Schenkel im vorgeheizten Backofen 20 Minuten garen.

Für das Kohlrabigemüse den Kohlrabi schälen und in kleine Stifte hobeln. Die Schalotte abziehen, fein würfeln und in Butter anschwitzen, bis diese leicht farbig ist. Anschließend die Kohlrabistifte dazugeben. Mit Pfeffer, Salz, Abrieb der Muskatnuss und ein paar Chiliflocken würzen. Den Fond und die Sahne hinzugeben und alles aufkochen lassen.



Das Kohlrabigemüse zwölf Minuten leicht köcheln lassen. Falls die Sauce nicht die gewünschte Bindung erreicht, mit etwas Kartoffelstärke abbinden. Zwei Kohlrabiblätter hacken und kurz vor Ende dazugeben.

Die gefüllten Hähnchenschenkel mit Kohlrabigemüse auf Tellern anrichten und servieren.