



| Die Küchenschlacht - Menü am 03. Juni 2014 | „Vorspeisen“ Nelson Müller

Vorspeise: „Möhrensuppe mit Garnelen im Tempurateig“ von Anika Waak

Zutaten für zwei Personen

6	Garnelen
2	mehlig kochende Kartoffeln
500 g	Möhren
20 g	Ingwer
1	Zwiebel
1	Limette
100 g	Mehl
1 EL	Backpulver
250 ml	Gemüsefond
250 ml	Kokosmilch
1 EL	Honig
½ Bund	Schnittlauch
20 g	Kürbiskerne
10 ml	Kürbiskernöl
1 EL	Maiskeimöl
	Mineralwasser, zum Abschmecken
	Pflanzenöl, für die Fritteuse
	Olivenöl, zum Braten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen. Die Möhren putzen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel abziehen und in Würfel schneiden. Die Zwiebelwürfel zusammen mit den Möhrenscheiben in die Pfanne geben und anschwitzen. Anschließend die Zwiebelmischung mit dem Gemüsefond ablöschen. Die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in die Suppe geben. Den Ingwer schälen, in kleine Stücke schneiden und ebenfalls dazugeben. Die Suppe für 25 Minuten bei mittlerer Hitzezufuhr leicht köcheln lassen.

Währenddessen die Fritteuse mit Pflanzenöl befüllen und erhitzen. Für den Tempurateig das Mehl mit dem Backpulver und dem Maiskeimöl in einer Schüssel vermengen. Unter Rühren Mineralwasser dazugeben, bis ein dünner Teig entsteht. Anschließend mit Salz würzen. Die Garnelen von Schale, Kopf und Darm befreien. Die Garnelen anschließend einschneiden, in den Tempurateig eintauchen und in der Fritteuse goldbraun frittieren.

Eine Pfanne erhitzen und die Kürbiskerne darin goldbraun rösten. Den Schnittlauch waschen und in feine Stücke schneiden.

Die Suppe mit dem Pürierstab pürieren und die Kokosmilch zusammen mit dem Honig dazugeben. Die Limette halbieren, auspressen und den Saft ebenfalls zu der Suppe geben. Anschließend die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Möhrensuppe mit den Garnelen im Tempurateig auf Tellern anrichten, mit den Kürbiskernen, etwas Kürbiskernöl und Schnittlauch garnieren und servieren.



Vorspeise: „Jakobsmuscheln mit Zitronengras-Kartoffelpüree und Kräutersauce“ von Hiltrud Schlüter

Zutaten für zwei Personen

4	Jakobsmuscheln
3	Sardellen (Boquerones), in Öl eingelegt
250 g	mehlig kochende Kartoffeln
3 Zehen	Knoblauch
1	Limette
100 g	Ingwer
3	rote Chilischoten
25 g	Butter
1 TL	Zucker
150 ml	Sahne
1 EL	Weißweinessig
150 ml	Milch
2	Kaffirlimettenblätter
¼ Bund	Basilikum
¼ Bund	glatte Petersilie
¼ Bund	Koriander
2 Zweige	Zitronengras
	Olivenöl, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Für die Kräutersauce zwei Knoblauchzehen abziehen, den Ingwer schälen und etwas davon mit den Sardellen und dem Zucker mit dem Stabmixer mixen. Die Kräuterblätter vom Stiel befreien, fein hacken und zusammen mit dem Essig in den Mixer geben. Anschließend das Olivenöl dazu geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Einen Topf erhitzen, die Chilischoten längs aufschneiden, entkernen, von Scheidewänden befreien und klein schneiden. Einen weiteren Topf mit Salzwasser erhitzen. Das Zitronengras mit dem Messerrücken bearbeiten und mit zwei Scheiben Ingwer, etwa die Hälfte der Chili und den Kaffirlimettenblättern zusammen mit der Milch bei mittlerer Hitze aufkochen lassen. Die Limettenschale abreiben und den Saft auspressen. Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden, anschließend in dem Topf mit Salzwasser weich kochen, ausdämpfen lassen und zerstampfen. Das Püree mit der parfümierten Milch und der abgeriebenen Limettenschale und Limettensaft verrühren. Etwas Butter unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen, die dritte Knoblauchzehe abziehen und fein schneiden. Die Jakobsmuscheln waschen, trocken tupfen, an der Oberfläche fein einschneiden und von jeder Seite scharf anbraten. Die Pfanne von der Herdplatte nehmen, einen Esslöffel Butter mit ganz wenig Knoblauch, dem übrigen Ingwer und dem übrigen Chili zugeben und aufschäumen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Jakobsmuscheln mit dem Zitronengras-Kartoffelpüree auf Tellern anrichten und mit der die Kräutersauce garnieren.



Vorspeise: „Thai-Rindfleisch-Salat“ von Alexander Scheld

Zutaten für zwei Personen

400 g	Dry Aged Rinderfilet
250 g	Reisnudeln
3	Frühlingszwiebeln
2 Zehen	Knoblauch
3	Limetten
1 Knolle	Ingwer
2 EL	Reisessig
2 EL	Sojasauce
10 g	Tamarindenpaste
1 Bund	Minze
1 Bund	Thai-Basilikum
1 Bund	Koriander
2 Zweige	Zitronengras
1	rote Chilischote
100 g	Cashewkerne
2 EL	Szechuanpfeffer
1 EL	Sesamöl
3 EL	kaltgepresstes Olivenöl
	Olivenöl, zum Abschmecken
	Muscovadozucker, zum Abschmecken
	Meersalz, zum Abschmecken
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 100 Grad Heißluft vorheizen.

Eine Pfanne erhitzen. Den Szechuanpfeffer im Mörser grob zerstoßen und zusammen mit dem schwarzen Pfeffer und dem Meersalz auf einer Platte verteilen. Anschließend das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und mit etwas Olivenöl einreiben. Das Rinderfilet in den Gewürzen wenden und in der Pfanne von beiden Seiten anbraten, bis starke Röstaromen entstehen. Das Fleisch in den vorgeheizten Backofen geben und warm halten.

Währenddessen eine weitere Pfanne erhitzen, die Cashewkerne darin goldbraun rösten und anschließend grob hacken. Die Frühlingszwiebeln von den Enden befreien und in schräge Streifen schneiden.

Für die Marinade das Zitronengras von den Enden befreien, die harten Außenblätter entfernen und den unteren, weichen Teil in feine Stücke schneiden. Den Ingwer schälen, die Chilischote von den Kernen befreien und alles in kleine Stücke schneiden. Die Blätter von einem Zweig Koriander vom Stiel befreien, die Knoblauchzehen abziehen und alles ebenfalls in kleine Stücke schneiden. Anschließend alles in eine Schüssel geben. Zwei Limetten reiben und auspressen. Den Abrieb sowie den Saft in die Schüssel geben und alles vermengen. Das Sesamöl, drei Esslöffel kaltgepresstes Olivenöl, den Reisessig, die Sojasauce und die Tamarindenpaste ebenfalls in die Schüssel geben und vermengen. Die Marinade mit Salz, Pfeffer und dem Muscovadozucker abschmecken.

In einem Topf Wasser zum Kochen bringen, die Reisnudeln damit übergießen und für fünf Minuten ziehen lassen. Anschließend das Wasser abgießen und die Nudeln grob zerkleinern. Einen Großteil der Nudeln unter die Marinade heben.

Das Rinderfilet aus dem Backofen nehmen und in dünne Scheiben schneiden. Anschließend das Fleisch mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

Den Thai-Rindfleischsalat auf Tellern anrichten und mit einigen Koriander-, Minze- sowie Basilikumblättern garnieren. Einige der Frühlingszwiebelstreifen und der Cashewkerne ebenfalls darüber streuen. Die Marinade darüber geben und den Salat servieren.



Vorspeise: „Französische Zwiebelsuppe mit knusprigen Käserösti“ von Renate Feichtner

Zutaten für zwei Personen

200 g	halb fest kochende Kartoffeln
40 g	Weißbrot
3	Zwiebeln
50 g	Butter
1	Ei
50 g	Tilsiter
50 g	Emmentaler
1 EL	Mehl
10 g	Butterschmalz
2 EL	saure Sahne
20 ml	Cognac
250 ml	trockener Weißwein
1 l	Gemüsefond
1 Zweig	Majoran
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Einen Topf erhitzen, die Zwiebeln abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebelscheiben anschließend in dem Topf mit etwas Butter erhitzen, mit etwas Mehl bestäuben und mit Salz würzen. Die Zwiebeln mit dem Cognac und dem Weißwein ablöschen und den Fond dazugeben. Die Suppe zugedeckt für 20 Minuten kochen.

Eine Pfanne mit Butterschmalz erhitzen. Die Kartoffeln schälen und reiben. Den Tilsiter ebenfalls reiben. Das Ei aufbrechen und mit den geriebenen Kartoffeln vermengen. Die Majoranblätter vom Stiel befreien, klein hacken und zu den Kartoffeln geben. Anschließend kleine Rösti formen und in der Pfanne scharf anbraten. Die Käserösti mit der sauren Sahne übergießen.

Währenddessen eine Pfanne mit etwas Butter erhitzen und das Weißbrot in kleine Würfel schneiden. Die Brotwürfel in der Pfanne goldbraun rösten und mit dem Emmentaler bestreuen, sodass der Käse leicht schmelzen kann.

Die französische Zwiebelsuppe mit knusprigen Käserösti auf Tellern anrichten, mit den Brotwürfeln garnieren und servieren.



Vorspeise: „Rote-Bete-Kartoffel-Carpaccio mit gebratenem Zander und Limettensauce“ von Dennis Thöner

Zutaten für zwei Personen

4	Zanderfilets, à 90 g, mit Haut
60 g	Speckwürfel
2 Knollen	vorgegarte Rote Bete
250 g	fest kochende Frühkartoffeln, groß
1	Schalotte
1 Zehe	Knoblauch
50 g	Butter, in Stücken
50 g	kalte Butter, in Stücken
2	unbehandelte Limetten
150 g	Schlagsahne
2 EL	trockener Weißwein
4 EL	Fischfond
¼ Bund	glatte Petersilie
1 Zweig	Dill
2 Zweige	Thymian
1 Zweig	Rosmarin
5 EL	Sonnenblumenöl
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln waschen und in Salzwasser halb gar kochen. Die Rote Bete hobeln und beiseite legen.

Für die Limettensauce von einer Limette die Schale fein abreiben, beide Limetten auspressen und den Saft in einen Topf geben. Den Weißwein und den Fischfond dazugeben, aufkochen und bei mittlerer Hitze etwas einkochen lassen. Die Sahne steif schlagen. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und die Blätter fein hacken.

Die Kartoffeln abgießen und in Scheiben schneiden. Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Kartoffelscheiben zu Bratkartoffeln ausbraten.

Die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen und mit der kalten Butter aufmixen. Die Petersilie und die Sahne unterheben.

Die Speckwürfel kross in einer Pfanne ohne Fett anbraten.

Die Zanderfilets waschen und trocken tupfen. Das Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und die Filets darin zuerst auf der Fleischseite etwa eine Minute braten, dann wenden und auf der Hautseite weiterbraten. Die Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schalotte abziehen und halbieren, die Knoblauchzehe andrücken. Die Kräuterzweige, bis auf die Petersilie, waschen und trocken schütteln. Alles zu den Filets geben und weitere vier bis sechs Minuten braten. Die Schalotte, den Knoblauch und die Kräuter wieder herausnehmen. 50 Gramm Butter in der Pfanne zerlassen und die Zanderfilets damit glasieren. Die Fischfilets herausnehmen und warm stellen.

Die Rote-Bete- und Bratkartoffelscheiben abwechselnd fächerförmig auf Tellern anrichten und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Carpaccio mit der Limettensauce beträufeln und den Zander darauf anrichten. Die Speckwürfel auf dem Zander verteilen und nach Belieben mit Dill garnieren.