

| Die Küchenschlacht - Menü am 15. Januar 2015 | „Hauptgang und Dessert“ Mario Kotaska



Hauptgang: „Kabeljau mit Haselnussbutter, gefächerten Kartoffeln und Zitronen-Knoblauch-Bohnen“ von Paul Woelky

Zutaten für zwei Personen

Für den Kabeljau:

2 Kabeljaufilets à 150 g, mit Haut
150 g Cocktailtomaten
2 EL Butter
1 Bund Salbei
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Haselnussbutter:

70 g geschälte Haselnüsse
1 EL Butter
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Kartoffeln:

6 kleine, festkochende Kartoffeln
3 Zweige Rosmarin
6 getrocknete Lorbeerblätter
2 EL Olivenöl
grobes Meersalz

Für die Zitronen-Knoblauch-Bohnen:

300 g grüne Bohnen
2 Knoblauchzehen
1 Zitrone
2 EL Olivenöl
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Zunächst die Kartoffeln schälen und quer zu einem Fächer einschneiden, ohne sie dabei zu durchtrennen. Die Rosmarinnadeln von den Stängeln zupfen und die Einschnitte der Kartoffeln wechselweise mit Rosmarin und einem halben Lorbeerblatt füllen.

Die Kartoffeln in eine flache Auflaufform geben, mit grobem Meersalz bestreuen und mit dem Olivenöl beträufeln. Dann die Kartoffeln im Backofen für etwa 25 Minuten goldbraun backen. Zwischendurch immer wieder mit etwas Olivenöl übergießen.



Für die Haselnussbutter die Haselnüsse grob hacken und einen Esslöffel Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Haselnüsse dazu geben und in der Butter rösten. Anschließend die Haselnüsse aus der Butter entnehmen und für die Garnitur beiseite stellen.

Für die Zitronen-Knoblauch-Bohnen die Enden der Bohnen entfernen, diese in etwa vier Zentimeter lange Stücke schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Bohnen darin bei mittlerer Hitze für etwa zehn Minuten dünsten. Anderthalb Knoblauchzehen abziehen, fein hacken und für die letzte Minute zu den Bohnen geben. Die übrige halbe Knoblauchzehe im Kühlschrank lagern und anderweitig verwenden. Zuletzt die Zitrone halbieren und etwas von der Schale fein reiben. Die restliche Zitrone im Kühlschrank lagern. Die Bohnen mit einigen Spritzern Zitronensaft, etwas Zitronenschale, Pfeffer und Salz würzen. Gegebenenfalls mit etwas Zucker abschmecken.

Den Salbei von den Stängeln zupfen und die Blätter zupfen und hacken. Die Kabeljaufilets mit Salz, Pfeffer und Salbei würzen und kurz ruhen lassen. Zwei Esslöffel Butter zu der Haselnussbutter in die Pfanne geben und den Kabeljau darin auf einer Seite zwei Minuten braten. Anschließend den Kabeljau wenden und den Herd auf eine niedrige Hitze stellen. Die Tomaten unzerkleinert dazugeben. Je nach Dicke der Filets den Kabeljau für zwei bis vier Minuten garen lassen. Dabei die Pfanne ab und zu schwenken. Zuletzt die Tomaten nochmal mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Fisch zusammen mit den Cocktailtomaten auf einem Teller anrichten und die gerösteten Haselnüsse und Haselnussbutter darüber geben. Die Bohnen und die gefächerten Kartoffeln dekorativ um den Fisch herum drapieren und direkt servieren.



Dessert: „Apple-Cranberry-Crumble mit Vanillesauce“ von Paul Woelky

Zutaten für zwei Personen

2	große Äpfel (Jonagored)
40 g	getrocknete Cranberries
1	Ei
100 ml	Sahne
250 ml	Milch
90 g	Mehl
50 g	Butter
1	Vanilleschote
1 TL	Zucker
1 TL	Speisestärke
2 TL	Zimtpulver
50 g	brauner Zucker

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Die Äpfel schälen und in kleine Würfel schneiden. Diese dann gemeinsam mit den Cranberries in eine ofenfeste Form geben. Die Butter in kleine Stücke schneiden und mit dem Mehl, dem braunen Zucker und einer Prise Zimt mischen. Den Teig über die Äpfel bröseln und den Crumble für 30 Minuten bei 200 Grad im Ofen backen, bis er schön knusprig ist.

Für die Vanillesauce das Ei trennen, eine Vanilleschote längs aufschneiden und die Hälfte des Marks auskratzen. Die Sahne, Milch und das Vanillemark in einem Topf zum Kochen bringen. Einen Teelöffel Zucker mit dem Eigelb und der Speisestärke verrühren und vorsichtig in die heiße Sahnemischung rühren. Diese nicht zu heiß werden lassen, damit das Eigelb nicht stockt, und langsam einkochen lassen.

Den Apple-Cranberry-Crumble auf einem Dessertteller anrichten. Anschließend die Vanillesauce durch ein Passiersieb streichen, über den Crumble geben und das Dessert warm servieren.



Hauptgang: „Rinderfilet mit Meerrettich-Kartoffelpüree und Wildkräutersalat“ von Friederike Hahn

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

2 Rinderfilets à 150 g, 2-3 cm dick
50g Butterschmalz
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Kartoffelpüree:

300 g große, mehligkochende Kartoffeln
100 g frischer Meerrettich
1 Stück Ingwer (etwa 4 cm)
1 Zitrone
50g Butter
50 ml Milch
Meersalz
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Wildkräutersalat:

1 Bund Wildkräuter
1 Bund Schnittlauch
50 ml Sushi-Essig
100 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Für das Kartoffelpüree die Kartoffeln schälen, in feine Würfel schneiden und in Salzwasser kochen, bis sie weich gegart sind. Den Meerrettich und Ingwer schälen und reiben. Von der Zitrone etwas Schale abreiben.

Für den Wildkräutersalat den Schnittlauch und die Wildkräuter hacken. Das Olivenöl mit dem Sushi-Essig vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Wildkräuter und den Schnittlauch mit dem Dressing vermengen.

Das Rinderfilet in heißem Butterschmalz von beiden Seiten scharf anbraten. Die Hitzezufuhr anschließend reduzieren und das Fleisch etwa fünf Minuten lang leicht weiterbraten. Währenddessen das Fleisch von beiden Seiten salzen und pfeffern.

Die Kartoffeln abgießen und mit Meerrettich, Ingwer, Zitronenschale, Butter und Meersalz stampfen. Wenn die Konsistenz des Pürees zu fest ist noch die Milch dazugeben. Anschließend das Püree mit Muskatnuss abschmecken.

Zuletzt das Püree auf einen Teller geben und das Rinderfilet darauf anrichten. Mit etwas Schnittlauch garnieren und zusammen mit dem Salat servieren.



Dessert: „Mango-Trifle“ von Friederike Hahn

Zutaten für zwei Personen

1	reife Mango
100 g	Vollkornkekse (Digestive)
1	Zitrone
1	Feige
100 g	Butter
200 g	Frischkäse
2 Zweige	Minze
100 g	Puderzucker

Zubereitung

Die Kekse im Mörser zerstampfen und mit etwas Butter vermengen, bis ein krümeliger Teig entsteht. Diesen Keksteig als unterste Schicht in ein Dessertglas geben.

Die Zitrone halbieren und etwas Schale abreiben. Diese mit dem Frischkäse mit Puderzucker und etwas Zitronensaft abschmecken und auch ins Glas geben.

Anschließend die Mango pürieren und als oberste Schicht ins Glas geben. Zuletzt ein Minzblatt abzupfen, die Feige dekorativ aufschneiden und beides als Garnitur auf das Dessert geben.



Hauptgang: „Kalbsgeschnetzeltes mit selbstgemachten Knöpfle“ von Lars Putensen

Zutaten für zwei Personen

Für das Kalbsgeschnetzelte:

400 g	Kalbsfleisch, aus der Nuss
150 g	braune Champignons
1	Zitrone
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
200 ml	Sahne
30 g	Butterschmalz
30 g	Mehl
100 ml	trockener Weißwein
3 Zweige	Petersilie
1 EL	Pflanzenöl, zum Anbraten
	Meersalz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Knöpfle:

200 g	Mehl
100 ml	Mineralwasser mit Kohlensäure
2	Eier
2 EL	Butter
1 TL	Salz
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Für das Kalbsgeschnetzelte zunächst die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Das Kalbsfleisch unter kaltem Wasser abwaschen, trockentupfen und in schmale Streifen schneiden. Anschließend das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin rundherum anbraten, bis es leicht gebräunt ist. Dann das Fleisch aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.

Die Zwiebeln mit dem Knoblauch im Bratfett des Fleisches glasig dünsten, mit etwas Mehl bestäuben und das Mehl leicht bräunen lassen. Dann mit Weißwein und Sahne ablöschen und das Fleisch wieder in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Sauce einkochen lassen. Währenddessen die Champignons putzen und in Scheiben schneiden.

Für die Knöpfle das Mehl mit einem Teelöffel Salz vermischen. Die Eier und das Mineralwasser dazugeben und mit dem Handrührgerät alles zu einem zähflüssigen Teig verrühren.

In einem Topf reichlich Wasser zum Kochen bringen und salzen. Zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne bei geringer Hitze schmelzen und etwas Teig auf die Spätzlereibe füllen. Die Reibe auf den Topf legen und den Teig mit dem Teigschaber durch die Reibe in das Wasser drücken. Die



Knöpfe aufkochen, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Anschließend mit einer Schaumkelle abschöpfen und in der Pfanne mit der Butter warmhalten.

Wenn die Sauce auf eine angenehme Konsistenz eingekocht ist, die Zitrone halbieren und das Geschnetzelte mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Die Champignons in etwas Pflanzenöl anbraten, salzen und pfeffern und zum Geschnetzelten geben. Dann etwas Petersilie zupfen.

Zuletzt die Knöpfe mit dem Geschnetzelten auf einem Teller anrichten, mit Petersilie garnieren und servieren.



Dessert: „Avocado-Mousse“ von Lars Putensen

Zutaten für zwei Personen

1	reife Avocado
2	Limetten
50 g	Puderzucker
120 ml	Schlagsahne
1 EL	Zucker

Zubereitung

Für die Avocado-Mousse zunächst die Avocado halbieren, den Stein entfernen und das Fruchtfleisch aus der Schale löffeln. Die Limetten waschen, auspressen und etwas Schale reiben.

Das Fruchtfleisch der Avocado mit fünf Esslöffeln Limettensaft und dem Puderzucker in ein Gefäß geben und pürieren. Anschließend die Sahne mit einem Esslöffel Zucker und einem Teelöffel der geriebenen Limettenschale steifschlagen und unter die Avocado-creme heben.

Die fertige Avocado-Mousse in einem Dessertschälchen anrichten und servieren.