

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 29. August 2022 ▪
Leibgericht mit Nelson Müller



Carolin Mayr

Lachs mit Walnuss-Kruste, Zitronen-Risotto und Apfel-Fenchel-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für das Risotto:

200 g Risottoreis
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone
50 g Parmesan
20 g Butter
50 ml trockener Weißwein
500 ml Gemüsefond
4 Zweige Zitronenthymian
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Zitrone heiß abwaschen, trockentupfen und die Schale mit einem Zestenreißer abreiben und Saft auspressen. Schalotten- und Knoblauchwürfel mit der Hälfte der schäumenden Butter in einem Topf glasig anschwitzen. Risottoreis ungewaschen dazugeben und mit anschwitzen. Mit Weißwein sowie etwas Zitronensaft ablöschen und zusammen mit der abgeriebenen Zitronenschale reduzieren lassen bis die Flüssigkeit aufgesogen ist. Gemüsefond in einem weiteren Topf aufkochen. Reis mit heißem Gemüsefond aufgießen, sodass dieser gerade bedeckt ist. Zwei Zweige abgezupften Zitronenthymian hinzufügen und alles zusammen bei schwacher Hitze offen köcheln lassen. Wenn der Reis die Flüssigkeit komplett aufgenommen hat, erneut Gemüsefond nachgießen und das Risotto dabei umrühren. So weiterverfahren bis der Reis nach ca. 25 Minuten al dente gegart ist. Topf von der Platte nehmen, Parmesan reiben und zusammen mit der restlichen Butter unterheben und noch ca. eine Minute quellen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit restlichem Zitronenthymian garniert servieren.

Für den Lachs:

2 Lachsfilets, mit Haut à 200 g
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone
60 g Walnüsse
50 g Parmesan
2 EL weiche Butter
1 Bund krause Petersilie
1 Zweig Salbei
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Lachs abspülen, mit Küchenpapier trockentupfen und auf Gräten kontrollieren. Zitrone heiß abspülen, trockentupfen und die Schale mit einem Zester fein abreiben. Knoblauch abziehen und fein hacken. Petersilie und Salbei zusammen mit den Walnüssen hacken. Parmesan fein reiben. Zitronenschale, Knoblauch, Petersilie, Salbei, Walnüsse, Parmesan, Salz und Pfeffer mit der Hälfte der weichen Butter gut vermischen. Lachsfilet mit der Hautseite nach unten in eine ofenfeste, mit der restlichen Butter ausgestrichene Form legen. Die Kräuter-Nuss-Mischung gleichmäßig auf den Fisch verteilen und mit den Händen leicht andrücken. Die Form in den vorgeheizten Backofen schieben und Fisch ca. 15-18 Minuten backen.



Sollten Sie **Lachs** verarbeiten wollen, dann greifen Sie auf pazifischen und atlantischen Lachs zurück. Laut WWF sind Fische aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand August 2022):

- 1. Wahl (pazifischer Lachs): Nordostpazifik FAO 67: Alaska (Wildfang)
- 1. Wahl (atlantischer Lachs): ASC label (Aquakultur) und BIO (Aquakultur)

Für den Salat: Fenchel und Apfel schälen und in feine Streifen raspeln. Orange filetieren. Estragon fein hacken. Dressing aus Buttermilch, Senf, Apfelessig und Estragon anrühren, mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken. Mit dem Salat mischen und restliche Zeit ziehen lassen.

- 1 Fenchelknolle
- 1 Apfel
- 1 Orange
- 50 ml Buttermilch
- 1 TL mittelscharfer Senf
- 30 ml Apfelessig
- 4 Zweige Estragon
- 1 Prise Zucker
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Markus Melzer

Gefülltes Rinderfilet mit Garnelen, Kartoffelpüree und glasierten Möhrchen

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet und die Garnelen:

400 g Rinderfilet am Stück
 200 g kleine Garnelen, ohne Schale, küchenfertig
 100 g Bratwurstbrät
 1 Bund Basilikum
 200 ml Sonnenblumenöl
 Neutrales Öl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Heißluft vorheizen.

Garnelen in Öl anbraten. Filet aufschneiden, aufklappen und mit Salz und Pfeffer würzen. Basilikum abbrausen, trockenwedeln kleinhacken und mit Sonnenblumenöl, Salz und Pfeffer zu einem Pesto mixen. Wurstbrät dünn aufstreichen und darauf das Pesto und die Garnelen verteilen. Anschließend alles vorsichtig zusammenrollen, mit Küchengarn zubinden und erneut mit Salz und Pfeffer würzen. Alles in der Pfanne scharf anbraten. Im vorgeheizten Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 55-56 Grad garen.



Laut WWF ist die tropische **Garnele** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand August 2022):

- 1. Wahl: Weltweit: Aquakultur (Bio oder ASC zertifiziert)
- 1. Wahl: Europa: Aquakultur (Rezirkulierende Kreislaufanlagen mit Biofloc)
- 1. Wahl: Südostasien (Aquakultur: Zucht in Zero-Input Systemen)

Für das Gemüse:

150 g junge Möhren am Bund
 20 g Butter
 100 ml Gemüsefond
 5 g Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Möhren schälen und das Grün auf 1cm einkürzen. Möhren im Ganzen in einer Pfanne in einer Butter-Zucker-Mischung anschwitzen. Etwas Gemüsefond dazugeben und ca. 5 Minuten garen. Dabei ständig wenden. Auf dem Teller mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Kartoffelpüree:

300 g mehlig kochende Kartoffeln
 100 ml Milch
 50 ml Sahne
 50 g Butter
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, kleinschneiden und im Salzwasser kochen. Durch die Kartoffelpresse drücken, Butter, Sahne und Milch dazu geben und verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Christine Lisku

Lammkarree „Esterházy“ mit Rotwein-Johannisbeer-Sauce und Kräuter-Kartoffelstampf

Zutaten für zwei Personen

Für das Gemüse:

1 Stange Porree
4 Möhren
1 Knolle Kohlrabi inklusive Blätter
1 EL Butter
Neutrales Öl, zum Frittieren
Muskatnuss, zum Reiben
1 TL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 60 Grad Umluft vorheizen.

Porree putzen. Kohlrabi und Möhren schälen. Kohlrabiblätter waschen, trocken tupfen, evtl. halbieren und in sehr feine Streifen schneiden. Gemüse in dünne, ca. 4 cm lange Streifen schneiden, in eine Schüssel geben und mit ½ TL Salz und Zucker mischen. Zugedeckt beiseitestellen. Frittierfett in einem kleinen Topf erhitzen und Kohlrabiblätter darin kurz (ca. 20 Sekunden) knusprig frittieren. Butter in einer Pfanne erhitzen. Gemüsestreifen mit dem entstandenen Sud zugeben und 1–2 Minuten unter Wenden dünsten. Gemüse mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für das Püree:

4 mittelgroße festkochende Kartoffeln
50 g Parmesan
200 ml Milch
150 g Butter
1 Zweig Thymian
1 Zweig Oregano
¼ Bund Schnittlauch
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, waschen und in kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Abgießen und im Topf ausdampfen lassen. Milch in einem Topf erhitzen. Butter in einem Topf zu Nussbutter werden lassen. Kartoffeln kräftig mit Salz und Muskat würzen. Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse in die heiße Milch pressen. Nussbutter zugießen und kurz zu einem cremigen Püree verrühren. Etwas Parmesan darunter reiben. Kräuter, bis auf etwas Schnittlauch zum Garnieren, unterrühren. Mit Salz und Muskat abschmecken. Warm halten.

Für das Fleisch:

2 Lammkarrees, à 200 g
1 TL Butter
2 Zweige Rosmarin
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle

Fleisch trocken tupfen und mit Salz würzen. 1 EL Öl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen, Rosmarin dazu geben und Fleisch darin ringsherum kräftig anbraten. Butter dazugeben, schmelzen lassen. Fleisch herausnehmen und im Ofen ca. 8 Minuten ziehen lassen.

Für die Sauce:

2 Schalotten
150 ml halbtrockener Rotwein
100 ml Johannisbeer-Nektar
50 ml Lammfond
4 Flocken eiskalte Butter
1 TL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotten abziehen und fein würfeln. Schalotten in die Pfanne vom Lamm geben und darin unter Wenden glasig dünsten. Zucker zugeben und leicht karamellisieren lassen. Mit Rotwein ablöschen. Fond in einen weiteren Topf gießen und beides auf etwa die Hälfte reduzieren lassen. Fond zur Rotweinreduktion gießen. Nektar einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sauce durch ein Sieb passieren und beiseitestellen. Butter in Würfel schneiden. Sauce erhitzen. Butterwürfel mit einem Pürierstab in die Sauce mixen. Mit Salz und 1 Prise Zucker abschmecken

Lammfilets aus dem Ofen nehmen. Aufschneiden und mit Gemüsestreifen, Püree, Sauce und frittierten Kohlrabi-Blättern auf Tellern anrichten. Mit Schnittlauch garnieren



Tobias Rieger

Lachs im Sesammantel mit geröstetem Rosenkohl in Sojasaucen-Marinade

Zutaten für zwei Personen

Für den Lachs:

200 g Lachsfilet, ohne Haut
 1 EL helle Sesamsamen
 1 EL schwarze Sesamsamen
 1 EL Sesamöl
 1 Zitrone
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Heißluft vorheizen.

Lachsfilet waschen, trockentupfen und mit dem Saft der Zitrone beträufeln, mit dem Sesamöl einpinseln und anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.

Lachsfilet im Sesam wälzen. Nun das Lachsfilet in eine Auflaufform setzen und im heißen Ofen ca. 20 Minuten garen.



Sollten Sie **Lachs** verarbeiten wollen, dann greifen Sie auf pazifischen und atlantischen Lachs zurück. Laut WWF sind Fische aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand August 2022):

- 1. Wahl (pazifischer Lachs): Nordostpazifik FAO 67: Alaska (Wildfang)
- 1. Wahl (atlantischer Lachs): ASC label (Aquakultur) und BIO (Aquakultur)

Für den gerösteten Rosenkohl:

200 g Rosenkohl
 1 TL Sesamöl
 Salz, aus der Mühle

Einen weiteren Ofen auf 220 Grad vorheizen. Rosenkohl halbieren und in eine Schüssel geben. Mit Sesamöl und Salz vermengen. Auf einem Backblech verteilen und ca. 20 Minuten im Ofen rösten.

Für die Marinade:

1 Knoblauchzehe
 4 g Ingwer
 1 getrocknete Chilischote
 20 ml Sojasauce
 1 TL Chilipaste
 1 EL Mirin
 1 EL Reisessig
 1 TL Sesamöl
 1 EL Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch und Ingwer abziehen und fein hacken. Etwas Sesamöl in einem kleinen Topf erhitzen. Ingwer und Knoblauch dazugeben und bei mittlerer Hitze ca. 2-3 Minuten anbraten. Chilipaste dazugeben und kurz weiter braten. Chili in feine Ringe schneiden, Kerne entfernen. Nun die getrockneten Chilis, Zucker, Sojasauce, Mirin und Reisessig dazugeben und die Mischung einköcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Für die Garnitur:

2 Zweige Minze
 1 EL heller Sesam

Minze in feine Streifen schneiden und den Sesam in einer fettfreien Pfanne rösten, bis er goldbraun ist. Zum Anrichten den gerösteten Rosenkohl und die Marinade in eine Schüssel geben und schwenken, bis der Rosenkohl mit der Sauce ummantelt ist. Zum Schluss mit dem Sesam und der Minze bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Konstanze Hanke

Kaiserschmarrn mit Zwetschgenröster, Vanille-Rosmarin-Creme und gehobelten Mandeln

Zutaten für zwei Personen

Für den Schmarrn:

- 3 Eier
- 100 ml Milch
- 100 g Sauerrahm
- 25 g Butter
- 4 TL gehobelte Mandeln
- 1 Zitrone, Abrieb
- Butterschmalz, zum Ausbacken
- 1 Vanilleschote
- 100 g Mehl
- 2 TL Puderzucker
- 1 EL Zucker
- 1 Prise Salz

Die Eier trennen. Butter in einem Topf schmelzen. Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und Mark herauskratzen. Eigelb mit Zucker und ausgekratzter Vanilleschote und Vanillemark schaumig aufschlagen. Sauerrahm und Milch miteinander verrühren.

Nach und nach abwechselnd 1 Löffel gesiebtes Mehl und 1 Schuss Sauerrahm-Milch einrühren bis alles aufgebraucht ist. Die zerlassene Butter hinzugeben, etwas Zitronenabrieb unterheben und Teig ruhen lassen.

Eiweiß mit etwas Salz zur Vogelnase aufschlagen und unter die Masse heben. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Teig ca. 1 Zentimeter hoch eingießen. Hitze reduzieren und Teig goldgelb anbacken.

Masse vierteln, umdrehen und wieder anbacken.

In mundgerechte Stücke reißen, mit Puderzucker bestreuen und kurz karamellisieren lassen. Gehobelte Mandeln in einer Pfanne goldbraun rösten und auf den Schmarrn geben.

Für den Zwetschgenröster:

- 5 frische Zwetschgen
- 1 Schuss Orangenlikör
- 50 ml Apfelsaft
- Butterschmalz, zum Anbraten
- 1 TL Zucker
- 1 TL Salzflöcken

Zwetschgen entkernen und in eine Pfanne in Butterschmalz rösten.

Zucker dazugeben, mit Orangenlikör ablöschen, mit Apfelsaft auffüllen und reduzieren lassen. Salzflöcken darüber geben.

Für die Creme:

- 1 Ei
- 100 ml Sahne
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 Vanilleschote
- 1 EL Zucker

Rosmarinzweig kneten. Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und Mark herauskratzen. Ei, Sahne, Vanillemark, Rosmarin und Zucker vermengen und stehen lassen. Durch ein Sieb in den Sahnesyphon abseihen, mit einer Kapsel bestücken, gut schütteln und anrichten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Philipp Ferreira Vogt

Selbstgemachte Fettuccine mit pikanter Nduja-Sauce, Chorizo-Topping und Basilikum-Öl

Zutaten für zwei Personen

Für den Teig:
300 g Hartweizengrieß
Salz, aus der Mühle

Den Hartweizengrieß mit 130 ml Wasser verkneten. Der Teig sollte trocken aussehen und gerade so zusammenhalten. In Frischhaltefolie wickeln und 15 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Teig auf die gewünschte Dicke (Stufe 3) ausrollen und Fettuccine ausschneiden. Nudeln für maximal zwei Minuten in reichlich gesalzenem Wasser kochen. Nudeln am Ende kurz vor dem Servieren unter die Sauce heben.

Für die Sauce:
60 g pikante Ndujawurst
150 g Cherrytomaten
2 Knoblauchzehen
1 Zitrone
90 g Mascarpone
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und halbieren. Olivenöl sanft mit halbierten Knoblauch in einer Pfanne erhitzen. Wenn der Knoblauch braun wird, rausnehmen und die Cherrytomaten darin schmoren, bis diese aufgeplatzt sind. Nduja unterheben, bis diese sich komplett aufgelöst hat. Zitrone halbieren, auspressen und Zitronensaft nach Bedarf sowie Mascarpone unterrühren. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:
50 g Chorizo
50 g Parmesan
1 Bund Basilikum
50 ml Olivenöl

Chorizo in Würfel schneiden und in einer Pfanne knusprig backen. Basilikum mit Olivenöl vermischen. Parmesan reiben.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Parmesan und Chorizowürfeln bestreuen, mit dem Öl garnieren und servieren.