

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 08. Juli 2021** ▪
Tagesmotto „Federvieh“ mit Johann Lafer



Dagmar Statz

Suprême vom Perlhuhn mit Kirschtomaten-Confit und Zucchini-Nudeln mit Thaibasilikum-Pesto

Zutaten für zwei Personen

Für die Marinade:

2 Knoblauchzehen
 2 TL frischen Ingwer
 2 EL Sojasauce
 2 TL dunkles Sesamöl
 2 EL Sake
 2 TL Zucker

Den Backofen auf 100-120 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Knoblauch abziehen und hacken. Ingwer ebenfalls hacken.

Knoblauch und Ingwer in eine Schüssel geben und mit Sojasauce, Sesamöl, Sake, Zucker und 2 Esslöffel Wasser verrühren.

Für das Perlhuhn:

2 Supreme vom Perlhuhn
 2 EL Kartoffelstärke
 Sonnenblumenöl, zum Braten
 2 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fleisch waschen und trockentupfen. In einen Klarsichtbeutel geben, die Marinade angießen und für 10 Minuten ziehen lassen. Danach abtropfen lassen. Fleisch in Kartoffelstärke wenden. Eine Pfanne erhitzen, Öl dazugeben, das Fleisch von allen Seiten anbraten und anschließend im vorgeheizten Backofen 15 Minuten ziehen lassen. Ggf. mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Kirschtomaten-Konfit:

10 Kirschtomaten
 1 Schalotte
 1 Knoblauchzehe
 1 cm Ingwer
 1 rote Chilischote
 2-3 EL Apfel-Balsamico
 1 EL Sojasauce
 1 TL Zucker
 Olivenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kirschtomaten waschen, trockentupfen und halbieren. Schalotte und Knoblauch abziehen und hacken. Ingwer schälen und hacken. Schalotte in einer Pfanne mit etwas Olivenöl glasig anschwitzen. Knoblauch, Ingwer, Sojasauce und Apfel-Balsamico dazugeben, anschließend die halbierten Tomaten hinzufügen und 2 Minuten braten. Chilischote abbrausen, trockentupfen und in Ringe schneiden. Mit in die Pfanne geben und alles ziehen lassen. Mit Zucker, Salz und ggf. Pfeffer abschmecken.

Für das Thai-Basilikum-Pesto:

1 Bund Thai-Basilikum
 1 Knoblauchzehe
 2 cm Ingwer
 4 EL Sonnenblumenöl
 1 Prise Palmzuckerpulver
 1 Prise Salz

Thai-Basilikum abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch abziehen.

Ingwer schälen. Basilikum, Knoblauch, Ingwer, Öl, Palmzuckerpulver und Salz in einen Multizerkleinerer geben und fein pürieren. Erneut mit Salz abschmecken.

Für die Nudeln:

1 Zucchini
 1 EL eingelegter rosa Sushi-Ingwer

Zucchini abbrausen, trockentupfen und mit einem Spiralschneider in lange Spiralen schneiden. In eine Pfanne geben, das hergestellte Pesto hinzugeben, alles gut verrühren und warm werden lassen. Am Ende Ingwer unterrühren. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Daniel Westerlund

Fasan „Primavera“ mit selbstgemachten Rote-Bete-Spätzle

Zutaten für zwei Personen

Für den Fasan Primavera:

- 2 Fasanbrüste à 300 g
- 200 g grüne Bohnen
- 100 g TK-Blattspinat
- 50 g TK-Erbsen
- 1 Bund grüner Spargel
- 2 Ochsenherztomaten
- 3-4 Knoblauchzehen
- 1 TL Tomatenmark
- 1 EL Wacholderbeeren
- 1 Msp. gemahlener Kreuzkümmel
- ½ TL scharfes Paprikapulver
- Traubenkernöl, zum Braten
- Olivenöl, zum Braten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Fasanbrüste waschen und trockentupfen. Wacholderbeeren anstoßen. 1 g Salz in ca. 100 ml Wasser auflösen, die Wacholderbeeren hinzugeben und dann die Fasanbrüste ca. 30 Minuten in der Salzlake einlegen. Fleisch aus dem Wasser nehmen und mit Kreuzkümmel und Paprikapulver würzen und in Traubenkernöl anbraten. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Pfanne aufgestellt lassen.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Tomaten abbrausen, trockentupfen und hacken.

Knoblauch, Tomaten und Tomatenmark mit etwas Olivenöl in die Pfanne geben und kurz braten. Grüne Bohnen und Spargel putzen und in 1 cm große Stücke schneiden. Bohnen und Spargel zu den Tomaten geben und ca. 50 ml Wasser angießen. Nach 5-6 Minuten den Spinat und die Erbsen dazugeben. Das Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden, zum Gemüse in die Pfanne geben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Spätzle:

- 200 g Spätzlemehl
- 2 vorgegarte Knollen Rote Bete
- 2 Eier
- 1 Prise Salz

Rote Bete sehr fein pürieren. Spätzlemehl, 1 Prise Salz und Eier vermengen und dann das Rote-Bete-Püree unterrühren. Je nach Konsistenz kaltes Wasser portionsweise dazugeben bis ein glatter, dickflüssiger Teig entsteht. Spätzleteig portionsweise mit einer Spätzlereibe in kochendes Salzwasser reiben und nach 2-3 Minuten mithilfe eines Siebs aus dem Wasser nehmen

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Verena Wendring

Gebackenes Maishähnchen mit süß-scharfer Chilisauce, geräucherten Drillingen und Spinatsalat mit Miso-Dressing, Sesam und Erdnüssen

Zutaten für zwei Personen

Für das gebackene Hähnchen:

4 ausgelöste Hähnchenoberkeulen, à ca. 200 g
1 Zitrone
150 ml Sojasauce
Reismehl, zum Mehlieren
Pflanzenöl, zum Frittieren

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Zitrone unter heißem Wasser abspülen, die Schale abreiben und mit Sojasauce verrühren. Hähnchenoberkeulen waschen, trockentupfen und in der Sojasauce marinieren. Das Fleisch nach 20 Minuten aus der Marinade nehmen, in Reismehl wenden und in der Fritteuse bei 160 Grad sechs Minuten frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Chilisauce:

2 Knoblauchzehen
15 g Gochugaru (Chilipulver)
75 Gochujang (Chilipaste)
50 ml Sojasauce
75 g Ahornsirup
150 ml Reisessig
25 g Sesamöl
75 g Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauchzehe abziehen und grob schneiden. Mit Gochugaru, Gochujang, Sojasauce, Ahornsirup, Reisessig, Sesamöl und Zucker vermengen und fein pürieren. Ggf. mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren über das Hähnchen träufeln.

Für die Kartoffeln:

300 g kleine Drillinge
Olivenöl, zum Beträufeln
Salz, aus der Mühle

Drillinge in Salzwasser kochen, abgießen und ausdampfen lassen. Mit Olivenöl beträufeln. Räuchermehl in einen Topf geben und mit dem Bunsenbrenner anzünden. Kartoffeln auf einen entsprechenden Aufsatz für den Topf geben, diesen über das Räuchermehl setzen und den Topf mit einem Deckel schließen. Kartoffeln räuchern lassen.

Für den Spinatsalat:

80 g Babyspinat
10 g weißer Sesam
10 g schwarzer Sesam
40 g gesalzene Erdnüsse

Sesam in einer Pfanne ohne Fett rösten. Spinat waschen und trockenschleudern. Erdnüsse hacken.

Für das Miso-Dressing:

40 g Reisessig
40 g helle Misopaste
20 ml Ahornsirup
20 ml Pflanzenöl

Reisessig, Misopaste, Ahornsirup und Pflanzenöl miteinander vermengen und kurz vor dem Servieren unter den Spinatsalat heben.

Für die Garnitur:

3 Frühlingszwiebeln
1 Bund Koriander

Frühlingszwiebel putzen und schneiden. Koriander abbrausen, trockenwedeln und hacken. Frühlingszwiebeln und Koriander als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 08. Juli 2021 ▪
Zusatzgericht von Johann Lafer



Backendl mit steirischem Kartoffelsalat

Zutaten für zwei Personen

Für das Backendl:

1 Bio-Hähnchen, ca. 1 kg
2 Eier
50 g Sahne
100 g Mehl
150 g Semmelbrösel
ca. 200 ml Sonnenblumenöl
Cayennepfeffer, zum Würzen
Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und im Ofen aufheizen lassen.

Hähnchen außen und innen abspülen, abtrocknen und in insgesamt 8 Stücke zuteilen.

Sahne leicht anschlagen. Dann Eier hinzugeben und verquirlen. Mehl sieben. Salz und Cayennepfeffer mischen und Hendl-Stücke kräftig würzen. Fleisch in Mehl wenden, durch die verquirlten Eier ziehen und in Semmelbrösel wenden. Heißes Backblech aus dem Ofen nehmen, mit Öl bestreichen und die panierten Hendl-Stücke auf das Backblech legen, mit Sonnenblumenöl beträufeln und im heißen Backofen ca. 20-30 Minuten (je nach Größe der Teile) backen. Dabei einmal umdrehen..

Für den Kartoffelsalat:

300 g festkochende Kartoffeln
50 g durchwachsener Speck in Scheiben
1 Zwiebel
25 g Butter
75 ml kräftiger Fond
25 ml Weißweinessig
½ EL mittelscharfer Senf
30 ml Kürbiskernöl
25 ml Sonnenblumenöl
1-2 Zweige glatte Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln am Vortag waschen und in einen Topf geben. Kartoffeln knapp mit Wasser bedecken und mit geschlossenem Deckel einmal aufkochen lassen. Hitze reduzieren und die Kartoffeln darin nicht zu weich garen.

Abgießen und über Nacht auskühlen lassen. Kartoffeln in 3 mm dicke Scheiben hobeln oder schneiden und in eine Schüssel geben.

Zwiebel abziehen. Speck und geschälte Zwiebel klein würfeln.

Butter in einer Pfanne erhitzen, Speck darin goldbraun anbraten. Zwiebel zugeben und 3 Minuten andünsten. Mit dem Weißweinessig und Fond ablöschen. Senf zugeben und unterrühren. Den Sud 3 Minuten bei reduzierter Hitze köcheln lassen. Anschließend das Öl unter Rühren einlaufen lassen. Kartoffelscheiben hinzugeben und alles gut vermischen. Die warme Marinade gibt dem Kartoffelsalat eine leichte Bindung und er wird „schlotzig“. Salat mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und die Blättchen hacken. Zuletzt zusammen mit Kürbiskernöl leicht unter den Salat mischen.



Wenn Sie die Kartoffeln mit dem Messer schneiden: Die Klinge zwischendurch unter Wasser halten – dann kleben die Scheiben nicht an. Außerdem geht das Schneiden mit einem Küchenmesser mit kurzer gebogener glatter Klinge am einfachsten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.