



| Die Küchenschlacht - Leibgerichte vom 02. Februar 2009 |

Bunte Hackpfanne mit Spätzle von Julian Kupfer

Zutaten für zwei Personen

250 g	Rinderhackfleisch
250 g	Schweinehackfleisch
300 g	Champignons, braun
2	Eier
1	Paprika, rot
1	Paprika, gelb
1	Paprika, orange
2	Zwiebeln
2	Zucchini, klein
250 g	Mais, aus der Dose
100 g	Mehl
200 ml	Sahne
220 ml	Milch
1 Bund	Petersilie, kraus
2 EL	Butter
	Currypulver, mild
	Paprikagewürz
	Olivenöl, zum Anbraten
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Für den Spätzleteig die Eier aufschlagen und mit dem Mehl, 20 Milliliter Milch und einer Prise Salz zu einem Teig verrühren. Sobald dieser Blasen wirft, kurz ziehen lassen. Inzwischen einen Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Den Teig durch den Spätzlehobel reiben, in das kochende Wasser geben und die Spätzle bissfest garen. Dann herausnehmen, abschrecken und beiseite stellen.

Das Olivenöl in der Pfanne erhitzen und das Hackfleisch kurz darin anbraten. Dann die Zwiebeln abziehen, klein hacken, hinzugeben und beides unter Wenden zehn Minuten braten.

Die Paprika halbieren, entkernen, von den Scheidewänden befreien und in Streifen schneiden. Die Zucchini ebenfalls waschen, halbieren und in Scheiben schneiden. Das Gemüse zum Hackfleisch in die Pfanne geben und fünf Minuten mit anbraten. Inzwischen die Champignons putzen, vom unteren Drittel des Stiels befreien, vierteln und mit in die Pfanne geben. Danach den Mais mit in die Pfanne geben und das Hackfleisch mit Pfeffer, Salz, Paprikagewürz und Curry würzen. Anschließend die Sahne zusammen mit der restlichen Milch dazugießen und das Ganze kurz aufkochen lassen.

Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Spätzle darin schwenken, bis sie goldgelb sind. Mit etwas Salz abschmecken und kreisförmig auf die Teller geben. In der Mitte das Hackfleisch anrichten, die Sauce darüber geben, den Tellerrand mit der Petersilie garnieren und servieren.



Loup de Mer mit Ratatouille von Sabine Ventker

Zutaten für zwei Personen

2	Loup de Mer Filets, à 200 g, mit Haut
250 g	Kartoffeln, vorwiegend festkochend
150 g	Kirschtomaten
4 Scheiben	Speck, durchwachsen, dünn geschnitten
1	Schalotte
1	Paprika, rot
1	Paprika, gelb
1	Zucchini
300 ml	Fischfond
50 ml	Wermut
1 EL	Tomatenmark
2 Zweige	Rosmarin
2 Zweige	Thymian
1 Zehe	Knoblauch
1 Knolle	Fenchel
2 Blätter	Salbei
	Olivenöl, zum Anbraten
	Zucker, zum Abschmecken
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Die Kirschtomaten vom Grün befreien und kreuzweise einritzen. Einen Topf Wasser zum Kochen bringen, die Kirschtomaten darin abbrühen und schließlich häuten. Die Kartoffeln schälen. Die Paprika entkernen und vom Strunk und den Scheidewänden befreien. Den Fenchel von den äußeren Blättern und vom Strunk befreien. Den Knoblauch und die Schalotte abziehen und dann alles in kleine Würfel schneiden, wobei nur die Hälfte des Fenchels, der Paprika und der Zucchini verwendet wird. Eine Pfanne erhitzen und das Gemüse mit Olivenöl darin anbraten. Die Kirschtomaten zugeben und alles einkochen lassen. Mit etwas Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss einen halben Zweig Rosmarin und einen Zweig Thymian abzupfen und darüber streuen.

Nun dem Ganzen das Tomatenmark zufügen und mit Wermut ablöschen. Dann mit Fischfond auffüllen und um ein Drittel reduzieren. Anschließend den Pfanneninhalt durch ein Sieb lassen und den Sud mit der Pfanne wieder auffangen.

Die Fischfilets waschen und trocken tupfen. Die Hautseite mit dem Speck und einem Salbeiblatt belegen. Mit Küchengarn umwickeln und pro Seite zwei Minuten braten lassen.

Den Bouillabaisse-sud aufschäumen und auf die Teller einen Spiegel gießen. Mittig das Ratatouille darauf geben, den Fisch mit der Hautseite nach oben auflegen, mit dem übrigen Thymian und Rosmarin garnieren und servieren.



Rinderfilet in Pinot Noir mit Rosmarin-Kartoffelpüree von Jörg Seifert

Zutaten für zwei Personen

400 g	Rinderfilet, küchenfertig
300 g	Brokkoli
8	Karotten
4	Kartoffeln, festkochend
4	Schalotten
6	Cocktailtomaten
200 ml	Pinot Noir
200 ml	Kalbsfond
500 ml	Vollmilch
500 ml	Schlagsahne
1 EL	Fleischextrakt
150 g	Rindermark
200 g	Butter
1 Zweig	Thymian
4 Zweige	Rosmarin
1 Stange	Lauch
1 Bund	Petersilie, kraus
1 Bund	Kerbel
1	Lorbeerblatt
	Oliveöl, zum Anbraten
	Butter, zum Anbraten
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Den Backofen auf 60 Grad Umluft vorheizen.

In einem Topf die Milch und die Sahne zum Kochen bringen, pfeffern und salzen. Die Kartoffeln schälen und zusammen mit dem Rosmarin dazugeben. Das Ganze kochen, bis die Kartoffeln gar sind. Einen Teil der Flüssigkeit abgießen und aufheben. Die Rosmarinzwige entfernen und die Kartoffeln in der übrig gebliebenen Flüssigkeit pürieren. Um eine cremige Masse zu erhalten, eventuell von der aufbewahrten Flüssigkeit nachfüllen.

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in große Würfel schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Schmorpfanne in zehn Gramm Butter und etwas Öl anbraten. Dann das Fleisch mit der Pfanne in den Ofen stellen, warm halten und den Bratensud vorher aus der Pfanne nehmen.

Die Schalotten abziehen, fein würfeln und in einer Pfanne dünsten. Mit dem Pinot Noir ablöschen und den Bratensud einrühren. Dann das Lorbeerblatt, den vorher feingehackten Thymian und den Kalbsfond zugeben und alles einkochen lassen.

Die Sauce durch ein Sieb streichen und den Rest der Butter sowie den Fleischextrakt einrühren. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken und im Ofen warm stellen.

In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen und das Rindermark darin pochieren.

Die Karotten schälen und in längliche Stücke schneiden. Den Lauch abziehen und in feine Ringe schneiden. Den Brokkoli vom Strunk befreien und in kleine Röschen teilen. Die Tomaten vom Grün befreien und würfeln. Das Gemüse in einem kleinen Topf mit dem Lauch im Salzwasser drei Minuten kochen und anschließend entnehmen.

Inzwischen den Kerbel und die Petersilie klein hacken.

Die Sauce über die Filets gießen, das Rindermark darüber verteilen und das Püree dazugeben. Die Kräuter darüber streuen, das Ganze mit dem Gemüse garnieren und servieren.



Schollenfilet in Safransauce mit grünem Risotto von Konstanze Kulwicke

Zutaten für zwei Personen

2	Schollenfilets, à 150 g, küchenfertig
200 g	Risottoreis
150 g	Spinat, frisch
125 g	Crème double
30 g	Parmesan
2	Schalotten
1	Zitrone, unbehandelt
10	Safranfäden
100 ml	Weißwein, trocken
200 ml	Fischfond
500 ml	Gemüsebrühe
2 EL	Butter
1 Zehe	Knoblauch
1 Bund	Petersilie, glatt
2 EL	Olivenöl
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Für die Grünfärbung des Risottos den Spinat von den Stängeln befreien und in einem Mixer mit 125 Milliliter Gemüsebrühe mixen. Den Spinatbrei dann durch ein Sieb geben und den Sud auffangen. Den Spinat zur Seite stellen.

Für das Risotto eine Schalotte und den Knoblauch abziehen, die Hälfte davon in Würfel schneiden und in einem Topf mit zwei Esslöffeln Olivenöl glasig dünsten. Dann den Reis dazugeben und kurz mit anschwitzen. Den Weißwein angießen und bei niedriger Hitze und unter Rühren vollständig einkochen lassen. Dann die Gemüsebrühe nach und nach angießen und immer wieder umrühren.

Die Zitrone halbieren und eine Fruchthälfte auspressen. Dann die Schollenfilets waschen, trocken tupfen, mit zwei Esslöffeln Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern. Die übrige Schalotte abziehen und sehr fein hacken. In einer Pfanne einen Esslöffel Butter schmelzen lassen und darin die Schalotte glasig dünsten. Dann den Fischfond dazugießen und kurz aufkochen lassen. Anschließend die Schollenfilets in die Pfanne legen und zugedeckt drei Minuten dünsten. Nun die Filets herausnehmen und warm halten.

Das Risotto unter Rühren weiter köcheln lassen.

Die Crème double in die Pfanne geben und unter den Sud mischen. Die Safranfäden mit zwei Esslöffeln Wasser anrühren und ebenfalls in die Pfanne geben. Die Sauce zwei Minuten, bis sie cremig wird, kräftig köcheln lassen und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Dann die Fischfilets nochmals in die heiße Sauce geben und von beiden Seiten anbraten.

Inzwischen den Parmesan reiben und die Petersilie fein hacken. Den Parmesan und zwei Drittel der Petersilie zusammen mit der restlichen Butter sowie dem Spinatsud und dem Spinat unter das Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Schollenfilets neben dem Risotto auf den Tellern anrichten, die Sauce darüber träufeln, mit der übrigen Petersilie garnieren und servieren.



Leberknödel mit Speck-Rahm-Sauce und Sauerkraut von Peter Mörsdorf

Zutaten für zwei Personen

50 g	Rinderhackfleisch
50 g	Schweinehackfleisch
4	Kartoffeln, festkochend
200 g	Rinderleber
50 g	Räucherspeck
200 g	Sauerkraut
1	Zwiebel
1	Ei
1	Apfel, süß
100 g	Weißbrotbrösel
125 ml	Weißwein, trocken
80 ml	Sahne
5	Wacholderbeeren, frisch
1	Muskatnuss
2 EL	Butter
0,5 TL	Fondor
1 Bund	Petersilie, kraus
1 Zweig	Majoran
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Für das Püree die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in Salzwasser fest kochen.

Für die Leberknödel die Rinderleber waschen, trocken tupfen und durch den Fleischwolf drehen. Dann die Zwiebel abziehen und zusammen mit dem Räucherspeck fein würfeln. Beides anschließend mit Butter in einer Pfanne kross dünsten. Zwei Esslöffel davon zur Leber geben. Diese dann mit dem Hackfleisch vermengen. Den Rest des Zwiebel-Räucherspecks mit 50 Milliliter Sahne aufgießen und zehn Minuten ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Inzwischen den Apfel schälen, vom Kerngehäuse befreien und fein würfeln. In einem Topf das Sauerkraut mit Wein, dem Apfel und den Wacholderbeeren 15 Minuten ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Ein Drittel der Petersilie klein hacken, eine Teelöffelspitze Muskatnuss reiben. Die Knödelmasse mit dem dazugegebenen Zwiebel-Speck, dem Ei, der Petersilie, dem Salz, dem Pfeffer, dem Fondor, etwas Muskat, dem Majoran und den Brotbröseln gut durchmischen. Dann mit einem heißen Esslöffel Knödel abstechen und mit einem Esslöffel Salz im Wasserbad acht Minuten ziehen lassen.

Die fertigen Kartoffeln zerstampfen und die restliche Sahne dazugeben. Das Püree mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die restliche Petersilie fein hacken.

Die Sahnensauce noch einmal aufkochen lassen und abschmecken. Dann die Leberknödel und das Sauerkraut im Sieb abschütten und zusammen mit dem Püree auf den Tellern anrichten. Die Speck-Rahm-Sauce darüber geben, mit der restlichen Petersilie garnieren und servieren.



Hühnerfrikassee mit Sektcreme und Safranreis von Gisela Brackenie

Zutaten für zwei Personen

300 g	Hähnchenbrust
100 g	Garnelen, küchenfertig
100 g	Basmatireis
125 g	Crème fraîche
2	Schalotten
1	Zitrone, unbehandelt
1	Ei
2	Lorbeerblätter
1	Nelke
30 g	Butterschmalz
100 ml	Rieslingsekt
1 TL	Safranfäden
1 TL	Kardamon
1 Stange	Zimt
	Estragon
	Cayennepfeffer
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Die Garnelen am Rücken längs einritzen, vom Kopf und der Schale befreien und den Darm entfernen. Das Fleisch anschließend waschen und trocken tupfen.

Die Hähnchenbrust waschen, trocken tupfen und würfeln. Die Zitrone halbieren und auspressen. Dann das Geflügel in Zitronensaft, Estragon, Kardamom und Pfeffer marinieren und ruhen lassen. Die Schalotten abziehen und klein hacken.

Die Hälfte vom Butterschmalz in einem Topf erhitzen, die Nelke, die Lorbeerblätter und die halbe Zimtstange dazugeben und unter Rühren eine Minute anbraten. Nun die Gewürze aus dem Topf nehmen und den ungekochten Reis hineingeben und zwei Minuten anbraten. Dann Salz, Safran und 200 Milliliter Wasser hinzufügen und die Hitze reduzieren. Topf zudecken und bei geringer Hitze köcheln lassen, bis das Wasser aufgezogen ist. Zwischendurch den Reis immer wieder auflockern.

Das Fleisch vier Minuten in einer mit dem restlichen Butterschmalz erhitzten Pfanne hellbraun braten, die Schalotten dazugeben und eine Minute mitbraten. Anschließend die Garnelen in die Pfanne legen, mit dem Sekt auffüllen, die Crème fraîche unterrühren und köcheln lassen.

Das Ei aufschlagen, trennen, das Eigelb unter das Frikassee rühren und nicht mehr aufkochen lassen. Das Frikassee mit Salz, Cayennepfeffer und der Marinade abschmecken.

Das Frikassee zusammen mit dem Safranreis auf Tellern anrichten, die Garnelen mittig platzieren und servieren.