

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 21. September 2020** ▪
Leibgericht mit Nelson Müller



Nathalie Riahi

Königsberger Klopse mit Kartoffelstampf

Zutaten für zwei Personen

Für den Fond:

1 Karotte
 1 Sellerie
 1 Zwiebel
 1 L Kalbsfond
 2 Zweige Thymian
 2 Lorbeerblätter
 2 Nelken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kalbsfond erwärmen. Karotte schälen, von Enden befreien und klein schneiden. Sellerie putzen und ggfs. vom Strunk befreien. Ein Viertel davon klein schneiden. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Lorbeerblätter abzupfen. Zwiebel abziehen, halbieren und mit Nelken und Lorbeerblättern bespicken. Den kleingeschnittenen Sellerie und die Karottenwürfel zusammen mit der gespickten Zwiebel und Thymian im Kalbsfond kurz aufkochen. Dann ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Klopse:

400 g Kalbshack
 ½ altbackenes Brötchen
 3 Schalotten
 1 Glas Kapern
 2 Eier
 200 ml Vollmilch
 200 ml Sahne
 2 EL mittelscharfer Senf
 5 EL Semmelbrösel
 2 EL Butter, zum Braten
 Neutrales Öl, zum Braten
 Piment d'Espelette, zum Würzen
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Brötchen in Milch und Sahne einweichen.

Schalotten abziehen, enthäuten, fein würfeln und in einer Pfanne mit Öl und etwas Butter glasig dünsten.

Brötchen aus der Milch-Sahne-Mischung nehmen und ausdrücken.

Kapern hacken. Schalotten mit Ei, dem ausgedrückten Brötchen, Semmelbröseln und Kapern unter das Kalbshack mischen. Senf dazugeben und alles mit Piment d'Espelette, Salz und Pfeffer abschmecken. Masse zu Klopsen formen. Klopse in den heißen, auf mittlerer (bis kleiner) Flamme stehenden Fond geben. 10 Minuten ziehen lassen (evtl. kürzer). Klopse rausnehmen, warm halten.

Für die Sauce:

1 Zitrone
 4 EL Kapern, aus dem Glas
 2 EL Butter
 200 ml Sahne
 1-2 EL Senf
 3 EL Weißweinessig
 250 ml Kalbsfond
 2 Zweige Petersilie
 3 EL Mehl

Zitrone halbieren, auspressen und Saft einer Hälfte auffangen. Aus Butter und Mehl im Topf eine Mehlschwitze herstellen. Fond durch ein Sieb passieren und Mehlschwitze damit ablöschen. Unter ständigem Rühren 100 ml Sahne dazu geben und evtl. nach und nach mehr dazugeben. Mit Salz, Pfeffer, Essig und Zitronensaft abschmecken. Sauce eventuell pürieren, sollten sich Mehlklumpen bilden. Kapern hinzufügen und (nicht zu lange) ziehen lassen. Klopse dazu geben. Ziehen lassen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und Sauce damit dekorieren.

Für die frittierten Kapern: Kapern trockentupfen und in heißem Fett frittieren. Auf dem Stampf und an den Kloppen dekorieren.
6 Apfel-Kapern, mit Stiel
Neutrales Öl, zum Frittieren

Für den Stampf: Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.
3 große, vorwiegend festkochende Kartoffeln in Salzwasser kochen. Wasser abgießen. Kartoffeln mit Butter und Sahne zerstampfen. Muskatnuss reiben. Stampf mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
100 ml Sahne
4 EL Butter
1 Muskatnuss
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Simon Cilia

Selbstgemachte Tagliatelle mit Moscardini

Zutaten für zwei Personen

Für die Pasta:

4 Eier
300 g Hartweizenmehl

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Mehl und Eier (ca. 1 Ei auf 100 g Mehl) vermengen. Kneten, bis eine homogene Teigmasse entstanden ist. Teig in Frischhaltefolie 10 Minuten stehen lassen.

Teig mit der Nudelmaschine auf ca. 2 mm walzen und Tagliatelle herstellen. Diese mit Mehl bestäuben, um Verkleben zu vermeiden. Tagliatelle im Salzwasser ca. 2-3 Minuten al dente kochen. Pasta zur Sauce geben und vermengen.

Für die Moscardini mit Sauce:

200 g küchenfertige, kleine Moscardini
(Moschuskrake)
300 g Cherry-Strauchtomaten
2 Karotten
2 Schalotten
1 Staudensellerie
3 Knoblauchzehen
1 Chilischote
200 ml trockener Weißwein
1 Bund glatte Petersilie
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Moscardini waschen, trockentupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Moscardini darin ca. 2 Minuten scharf anbraten und anschließend aus der Pfanne entfernen.

Karotte waschen, trockentupfen, von Enden befreien und in möglichst feine Streifen schneiden. Schalotten abziehen und fein würfeln.

Staudensellerie putzen, vom Strunk befreien und klein schneiden.

Knoblauch abziehen und hacken. Tomaten schälen und Strunk entfernen.

Karotte, Sellerie, Knoblauch und Tomate im Bratensatz der Moscardini anbraten. Schalotten dazugeben. Wenn der gewünschte Garpunkt

erreicht ist, mit Weißwein ablöschen. 3 Minuten vor Fertigstellung

Moscardini zur Sauce geben. Petersilie abrausen, trockenwedeln,

hacken und in die Sauce geben. Chili der Länge nach aufschneiden, von Kernen und Scheidewänden befreien und fein hacken. Sauce je nach

Geschmack mit Chili, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Ilse Langer

Fischragout mit Kartoffelpüree und grüner Salat mit süßsaurem Sahne-Dressing

Zutaten für zwei Personen

Für das Ragout:

200 g Schellfisch, ohne Haut
 1 Salatgurke
 1 Zwiebel
 1 Zitrone
 15 g Margarine
 65 g Crème fraîche
 1 TL körniger Senf
 125 ml Gemüsefond
 ½ Bund Dill
 10 g Mehl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Gurke schälen, von Enden befreien, halbieren und mit dem Löffel entkernen. Die Gurkenhälften in Stifte schneiden. Zwiebel abziehen, würfeln und in Margarine andünsten. Gurken zu den Zwiebeln geben und mitandünsten. Mehl darüber geben und etwas anschwitzen lassen. Mit Fond ablöschen und Crème fraîche hinzugeben. Senf unterrühren. Gurke mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.

Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Fischfilet waschen, trockentupfen, in Streifen schneiden und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Mit den Gurken zugedeckt vier Minuten garen. Dill abbrausen, trockenwedeln, Stiele von den Stängeln zupfen, fein hacken und unter das Ragout rühren.



Um den Schellfisch bedenkenlos genießen zu können, sollte der Fisch laut WWF aus dem Fanggebiet **FAO 27 Nordostatlantik - Skagerrak/Kattegat (IIa), Nordsee (IV), Westlich Schottlands (VIa) oder Nordostatlantik FAO 27: Barentssee (I), Norwegische See (II) stammen** und mit **Grundlangleinen** und **Bodenstellnetzen** gefangen sein. Außerdem sollte er **MSC-zertifiziert** sein.

Für das Püree:

4 Kartoffeln
 250 ml Milch
 1 Stück Butter
 1 Muskatnuss
 Salz, aus der Mühle

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Kartoffeln schälen, vierteln und im Wasser gar kochen. Abgießen und etwas abdampfen lassen. Butter und Milch erwärmen. Mit einem Kartoffelstampfer die Kartoffeln zerstampfen und das Milch-Butter-Gemisch dazu geben. Alles zu einem Püree verarbeiten. Muskatnuss reiben, 1 Msp. auffangen und dazu geben. Mit Salz abschmecken.

Für den Salat:

1 Kopfsalat
 1 Zitrone
 200 ml süße Sahne
 1 Zweig Petersilie
 2 EL Zucker

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Salat waschen, trockenschleudern und in mundgerechte Stücke rupfen. Aus Zucker, Sahne und Zitronensaft ein Dressing herstellen. Salat mit dem Dressing vermengen, anrichten und mit der gehackten Petersilie bestreuen

Für die Garnitur:

4 Stängel Dill

Dill abbrausen, trockenwedeln, die Stiele abzupfen und das Gericht damit garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



André Hasenberger

Knuspriger Seeteufel mit Spinat, Kartoffeltalern und selbstgemachter Remoulade

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

400 g Seeteufelfilet, ohne Haut
2 EL Sesam
2 EL Chia-Samen
1 Prise Chilipulver
Pflanzenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Seeteufelfilet waschen, trockentupfen und mit Salz, Pfeffer und Chilli würzen. Sesam und Chia-Samen auf einem Teller vermischen und den feuchten Fisch damit panieren. Öl in einer Pfanne erhitzen und den Fisch darin 2-3 Minuten auf jeder Seite braten.



PROFI
TIPP

Laut WWF sollte der Seeteufel nicht die erste Wahl sein und wenn, dann nur selten. Sollten Sie unbedingt Seeteufel zubereiten wollen, achten Sie darauf, dass der Seeteufel aus dem Fanggebiet **Nordostatlantik FAO 27: Island (Va)** stammt und mit **Grundlangleinen, Bodenstellnetzen** und **Grundscherbrettnetzen** gefangen wird. Auch akzeptabel sind Seeteufel aus dem Fanggebiet **Nordostatlantik FAO 27: Kantabrische See (VIIIc), Portugiesische Küste (IXa)**, die mit Bodenstellnetzen gefangen werden.

Auf Seeteufel, die aus dem **restlichen Nordatlantik** (außer eben aus Va, VIIIc und IXa) oder aus dem Fanggebiet **FAO 37 Mittelmeer** stammen und mit **Grundscherbrettnetzen, Baumkurren, Grundlangleinen** und **Bodenstellnetzen** gefangen werden, sollten Sie unbedingt verzichten!

Für den Spinat:

400 g Blattspinat
2 Cocktailtomaten
4 Knoblauchzehen
2 kleine Zwiebeln
1 Muskatnuss
10 g natives Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. In einem Topf Olivenöl erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin anschmoren. Spinat und etwas Wasser dazugeben und ca. 10 Minuten kochen lassen. Tomaten vom Grün befreien und dazu geben. Muskatnuss reiben und Spinat mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für die Kartoffeltaler:

250 g Kartoffeln
25 g Butter
1 Muskatnuss
2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin
Butterschmalz, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Einen Topf mit Wasser aufsetzen.

Kartoffeln mit Schale kochen, kurz abkühlen lassen, pellen und mit der Butter gründlich stampfen. Muskatnuss reiben und Kartoffelmasse mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und je nach Geschmack zur Kartoffelmasse geben. Stampf in fünf Vorspeisenringe drücken und diese nur zu zwei Dritteln füllen. Auf einem Teller abgedeckt bis zur Verwendung in den Kühlschrank stellen. Masse kurz vorm Servieren aus den Vorspeisenringen drücken und als Taler in einer Pfanne mit heißem Butterschmalz von beiden Seiten schön goldbraun braten.

Für die Remoulade: Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen und 2 Eier darin hart kochen. Übriges Ei trennen und Eigelb auffangen. Hartgekochte Eier leicht anschneiden, Eigelbe auslösen, zerdrücken und mit dem rohen Eigelb glattrühren. Öl tropfenweise einfließen lassen und mit der Ei-Masse zu einer homogenen, steifen Masse verrühren. Wenn die Masse fest ist, saure Sahne und Senf unterrühren. Zwiebel abziehen und fein hacken. Gurken klein hacken. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und klein schneiden. Hartgekochtes Eiweiß hacken und mit den Zwiebeln, Gurken und Schnittlauch hinzugeben. Mit Pfeffer und Salz würzen und mit Essig abschmecken. Sardellen klein schneiden und dazugeben.

3 Sardellenfilets
2 Gewürzgurken
1 kleine Zwiebel
3 Eier
125 g saure Sahne
1 TL mittelscharfer Senf
125 ml neutrales Öl
1 EL Essig
½ Bund Schnittlauch
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Julia Schäfer

Kürbiscurry mit Rindfleisch und Jasminreis

Zutaten für zwei Personen

Für das Curry:

200 g Hokkaido-Kürbis
100 g Brokkoli
1 Möhre
1 Tomaten
1 Lauchzwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Chilischote
1 Limette
1 kleines Stück Ingwer
100 ml Kokosmilch
3 EL Kokosöl
2 EL gelbe Currypaste
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Kürbis gut waschen, trockentupfen, halbieren, aushöhlen und in mundgerechte Stücke schneiden. Brokkoli klein schneiden. Möhre schälen, von Enden befreien und auch in kleine Stücke schneiden. Lauchzwiebel putzen, vom Strunk befreien und in feine Ringe schneiden. Tomaten waschen, trockentupfen und ebenfalls in kleine Stücke schneiden. Ingwer und Knoblauch schälen und fein hacken. Kokosöl in einem großen Topf erhitzen. Chili der Länge nach aufschneiden, von Kernen und Scheidewänden befreien und klein schneiden. Den weißen Teil der Lauchzwiebel, Chili und Knoblauch glasig andünsten. Anschließend die Kürbis- und Karottenwürfel hinzugeben und einige Minuten mitanrösten. Im nächsten Schritt Currypaste, Tomaten, Brokkoli und Ingwer hinzugeben und ebenfalls anschwitzen. Kokosmilch hinzufügen und mit etwas Wasser auffüllen, sodass die Gemüsewürfel knapp bedeckt sind. Gemüse schmoren lassen, bis es weich ist. Falls das Curry zu wässrig sein sollte, mit offenem Kochtopf einkochen lassen. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Curry anschließend mit Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Fleisch:

200 g Lendenfilet vom Rind
1 Knoblauchzehe
1 Stück Ingwer
4 EL Sojasauce
4 EL geröstetes Sesamöl
2 EL neutrales Öl

Rindfleisch waschen, trockentupfen und in kleine Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und Ingwer schälen. Beides fein hacken. Mit Sojasauce und Sesamöl vermengen und Rindfleisch dazu geben. Einen Moment ziehen lassen. In einer Pfanne neutrales Öl erhitzen und Fleisch darin anbraten, bis die Würfel kross sind. Fleisch ins Curry geben und nachziehen lassen.

Für den Reis:

1 Tasse Jasminreis
Salz, aus der Mühle

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen und den Reis nach Packungsanleitung kochen.

Für das Topping:

1 Lauchzwiebel
2 EL Sesam

Lauch putzen, vom Strunk befreien, den grünen Teil abtrennen und ihn in feine Scheiben schneiden. Sesamkerne in einer Pfanne ohne Öl kurz anrösten.

Für die Garnitur:

150 g Naturjoghurt

Reis in eine tiefe Schale geben. Curry darüber geben, sodass genug Sauce und Gemüse im Gericht sind. Mit Rindfleisch, Sesamkernen, grünen Lauchzwiebeln und Joghurt toppen. Das Gericht servieren.



Johannes Trummer

Kalbsleber-Saltimbocca mit Apfel-Zwiebeln und Rosmarinkartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für die Kalbsleber:

- 2 Scheiben Kalbsleber, ca. 1 cm dick
- 4 Scheiben dünn geschnittener Parmaschinken
- 1 EL eiskalte Butter
- 80 ml Marsala
- 100 ml Geflügelfond
- 20 Salbeiblätter
- Neutrales Öl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Leber waschen und trockentupfen. Salbeiblätter abzupfen. Leber auf die Hälfte der Größe einer Parmaschinken-Scheibe schneiden. Leberstücke in Parmaschinken und Salbei einwickeln und knusprig anbraten. Bratensatz mit Marsala und Fond aufgießen und einkochen lassen. Eiskalte Butter unterrühren. Salzen und mit Pfeffer abschmecken.

Für die Kartoffeln:

- 6 kleine Kartoffeln (die man mit Schale essen kann)
- ½ Bund Rosmarin
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Rosmarin abrausen und trockenwedeln. Kartoffeln kurz im Wasser kochen. Anschließend klein schneiden und vierteln. Auf ein Backblech geben, mit Olivenöl beträufeln und zusammen mit den Rosmarin-Zweigen für einige Minuten im Ofen backen. Salzen und pfeffern.

Für die Apfel-Zwiebeln:

- 1 Zwiebel
- 1 Apfel
- 5 g getrockneter Majoran
- Weißwein, zum Ablöschen
- Butter, zum Braten
- Zucker, zum Karamellisieren

Zwiebel abziehen und in Scheiben schneiden und mit Zucker karamellisieren. Apfel waschen, trockentupfen, halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien und klein würfeln. Zwiebel und Apfel-Stücke in Butter anrösten und mit Wein ablöschen. Einkochen und mit Majoran würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.