

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 15. Januar 2018** ▪
10 Jahre ▪ Leibgericht mit Johann Lafer



Sibylle Blötscher

Shakshuka mit selbstgebackenem Fladenbrot

Zutaten für zwei Personen

Für die Shakshuka:

400 gehackte Tomaten aus der Dose
 4 Eier
 1 große rote Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 2 EL Paprikamark
 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
 1 Zimtstange
 2 Kardamomkapseln
 1 Prise Piment d'Espelette
 1 TL edelsüßes Paprikapulver
 1 Prise Zucker
 4 Zweige glatte Petersilie
 4 Zweige Koriander
 3 EL Olivenöl
 Meersalz, zum Abschmecken
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken.

Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch ca. 5 Minuten unter Rühren kräftig anbraten. Tomaten, Paprikamark, Kreuzkümmel, Zimt, angedrückten Kardamom, Piment d'Espelette, Paprikapulver und Gewürze dazugeben und ca. 15 Minuten köcheln lassen.

Mit einem Esslöffel tiefe Mulden für die Eier in die Tomatenmasse drücken und jeweils ein Ei hineingeben.

Den Deckel auflegen und ca. 5 Minuten weiterköcheln.

Die Zimtstange und die Kardamomkapseln entfernen.

Petersilie und Koriander abbrausen, trockenwedeln und feingehackt unterheben.

Für das Fladenbrot:

6 EL Mehl
 4 EL Joghurt
 1 Ei
 1 TL Backpulver
 1 EL Schwarzkümmelsaat
 1 TL feines Salz

Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Mehl, Backpulver, Joghurt, 1 Ei und Salz zu einem elastischen Teig kneten. Den Teig in zwei Kugeln formen, dünn ausrollen, mit Eiweiß bestreichen, mit Schwarzkümmel bestreuen und für ca. 20 Minuten im Ofen knusprig backen.

Für das Pesto:

¼ Bund glatte Petersilie
 ¼ Bund Koriander
 1 Zitrone, davon 1 EL Saft und Abrieb
 20 ml Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Petersilie und Koriander abbrausen und trockenwedeln. Die Zitrone waschen, reiben, halbieren und auspressen. Olivenöl, etwas Zitronensaft und -abrieb, Salz und Pfeffer cremig miteinander verrühren.

Petersilie, Koriander und die Creme in einer Moulinette kräftig aufmixen.

Die Shakshuka in einem Tonschälchen anrichten, mit dem Fladenbrot und dem Pesto reichen und servieren.



Kurt Schmieding

Rosa gebratenes Lammfilet mit Ratatouille

Zutaten für zwei Personen

Für das Lammfilet:

2 Lammfilets à 250 g
2 Knoblauchzehen
1 Orange, davon den Abrieb
1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian
1 EL Butter
1 EL Butterschmalz, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus Mühle

Die Lammfilets gegebenenfalls parieren und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und das Fleisch kräftig von allen Seiten darin anbraten. Den Herd zurückschalten und Rosmarin, Thymian, Butter sowie Orangenabrieb zugeben und 10 Minuten bei ständigem Wenden ziehen lassen.

Kurz vor dem Servieren das Fleisch tranchieren.

Für das Ratatouille:

1 rote Paprika
1 gelbe Paprika
1 Zucchini
1 kleine Aubergine
400 g gehackte Tomaten aus der Dose
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
½ TL Puderzucker
¼ TL Chiliflocken
6 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus Mühle

Die Paprikaschoten waschen, halbieren, vom Kerngehäuse befreien und in kleine Stücke schneiden. Aubergine und Zucchini waschen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebel abziehen und würfeln. Das Gemüse in einer Pfanne mit wenig Olivenöl von allen Seiten anbraten, mit Chiliflocken, Puderzucker, Salz und Pfeffer würzen.

Die gehackten Tomaten unterrühren.

Rosmarin und Thymian abbrausen, trockenwedeln und zupfen. Rosmarin, Thymian und abgezogenen Knoblauch im Mörser zu einer feinen Creme stoßen. Das Gemüse mit der Kräuter-Creme abschmecken.

Das rosa gebratene Lammfilet mit Ratatouille auf Tellern anrichten und servieren.



Ilona Kurz

Italien trifft Oberhessen:

Mit Kartoffelwurst gefüllte Ravioli mit Champignons und Käsesauce

Zutaten für zwei Personen

Für den Nudelteig:

200 g griffiges Mehl
2 Eier
2 EL Mehl, zum Bestäuben
1 EL Olivenöl
1 Prise feines Salz

Mehl, Ei, 2 EL Wasser, Olivenöl und Salz mit dem Handrührgerät verkneten. Auf einer bemehlten Unterlage weiterkneten bis ein geschmeidiger Teig entsteht.

Den Teig in ein trockenes Küchentuch legen und im Kühlschrank ca. 10 Minuten ruhen lassen. Den Nudelteig mit der Nudelmaschine dünn ausrollen, dabei immer wieder mit Mehl bestäuben und zu zwei Platten auswallen.

Für die Füllung:

100 g braune Champignons
250 g Kartoffelwurst
50 g Parmesan
1 EL Ricotta
½ rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Ei, davon das Eigelb
1 EL Crema di Balsamico
¼ Bund glatte Petersilie
1 Muskatnuss, zum Reiben
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Champions mit einer Pilzbürste putzen und klein würfeln. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken.

In einer Pfanne das Öl erhitzen, Champions, Zwiebeln und Knoblauch darin anschwitzen, mit Balsamico ablöschen und aufkochen lassen.

Das Ei trennen und Parmesan fein reiben. Ricotta, Eigelb und geriebenen Parmesan mit Muskat, Salz und Pfeffer cremig verrühren. Die Pfanne vom Herd nehmen und den Inhalt mit der Creme vermengen.

Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln, grob hacken und unterheben. Die Masse in einer Moulinette grob aufmixen.

Mit einem Servierring Kreise aus den Nudelbahnen ausstechen und in die Mitte 1 TL der Füllung geben. Die Nudelkreise rundum mit dem übrigen Eiweiß bestreichen.

Die Ravioli zu Halbmonden umklappen und mit einer Gabel zusammendrücken.

In einem Topf mit reichlich gesalzenem Wasser die Ravioli 5 Minuten garen.

Für die Sauce:

100 g Parmesan
100 g braune Champions
1 rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
½ Zitrone, davon die Zesten
300 ml Riesling
50 ml Gemüsefond
100 ml Milch
100 g Sahne
1 EL Olivenöl
Meersalz, zum Abschmecken
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Champions mit einer Pilzbürste putzen und in Scheiben schneiden. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Champions darin anschwitzen. Zwiebeln und Knoblauch abziehen, fein hacken, hinzufügen und mit dem Riesling ablöschen.

Den Parmesan reiben, in die Pfanne geben und schmelzen lassen. Bei geringer Hitze Milch und Sahne angießen. Mit einigen Zitronenzesten, Meersalz und Pfeffer würzen. Kurz aufkochen lassen und vom Herd nehmen.

Für die Garnitur:

4 Zweige Oregano
4 Zweige Thymian
4 Zweige Basilikum
50 g Parmesan, zum Reiben

Die Oregano, Thymian und Basilikum abrausen, trockenwedeln, fein hacken. Den Parmesan auf einer Vierkantreibe fein reiben.

Die Ravioli in einem Teller platzieren, darauf die Champignon-Käsesauce gießen, mit den gehackten Kräutern und Parmesan garnieren und servieren.



Markus Fütterer

Entenbrust mit Orangen-Risotto in der Lauch-Hülle

Zutaten für zwei Personen

Für das Geflügel:

2 Entenbrüste à 150 g
1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian
neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Entenbrust waschen, trockentupfen und auf der Hautseite rautenförmig einschneiden. In einer Pfanne ohne Öl die Entenbrust auf der Hautseite knusprig braten. Dabei das Geflügel mit einem kleinen Topf beschweren. Rosmarin und Thymian mit in die Pfanne geben. Das Fleisch kurz wenden und mit der Hautseite nach unten für 8 Minuten in den Ofen geben.

Die Entenbrust herausnehmen, in Alufolie einschlagen und ruhen lassen.

Für den Honig:

100 g flüssiger Honig
1 Sternanis
1 Zimtstange
1 Nelke
1 Kardamomkapsel
1 Orange, davon ¼ TL Zesten
½ TL gerebelter Thymian

Sternanis, Zimt, Nelke und angedrückten Kardamom in einem kleinen Topf ohne Öl anrösten. Den Honig dazugeben und bei geringer Hitze ziehen lassen. Von der Orange einige Zesten reißen und diese mit gerebeltem Thymian unter den Würzhonig rühren.

Die Entenbrust mit dem Würzhonig einreiben und noch einmal kurz in einer sehr heißen Pfanne auf der Hautseite anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Risotto:

100 g Risottoreis
1 Orange, davon den Abrieb
¼ Hokkaido-Kürbis
¼ Knolle Sellerie
½ Stange Lauch
1 Karotte
50 g Parmesan
100 ml trockener Weißwein
100 ml Orangensaft
300 ml Hühnerfond
1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian
1 TL Zucker
100 g Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Karotte und Sellerie schälen, von den Enden befreien und fein würfeln.

Den Kürbis vierteln, das Kerngehäuse herauslösen und das Fruchtfleisch grob hacken. Den Lauch von der äußeren Schale und dem Wurzelwerk befreien und in dünne Ringe scheiben. 1 EL Butter in einem Topf aufschäumen und darin das Gemüse scharf anbraten.

Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen und die Hälfte des Gemüses beiseite stellen.

Den Reis dazugeben, kurz mitrösten und mit Weißwein ablöschen.

Hühnerfond und Orangensaft angießen und bei geringer Hitze etwa 15 Minuten kochen. Orangenabrieb, Rosmarin und Thymian hinzugeben. Die Orange filetieren und die Filets mit dem angedünsteten Gemüse zum Risotto geben.

Den Parmesan auf einer Vierkantreibe reiben und das Risotto mit Parmesan, übriger Butter, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Lauch-Hülle: Die äußeren Blätter vom Lauch in einem Topf mit kochendem Salzwasser etwa 2 Minuten blanchieren, in Eiswasser abschrecken und trockentupfen.
1 Stange Lauch
1 EL Butter
Butter in einer Pfanne aufschäumen, die Blätter darin anbraten, mit Salz
Salz, aus der Mühle
und Pfeffer würzen und einen Ring daraus formen.
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Topping: In einem kleinen Topf den gepoppten Reis kurz anrösten und mit dem
20 g gepoppter Reis
Lebkuchengewürz, dem Abrieb einer halben Orange und etwas Salz
2 Borretsch-Blüten
würzen.
1 Orange, davon den Abrieb
½ TL Lebkuchengewürz
Salz, aus der Mühle

Den Lauchring auf Tellern anrichten, das Orangen-Risotto hineingeben und die Entenbrust darauf legen. Auf die Entenbrust den gepoppten Reis drapieren und mit einer essbaren Blüte Borretsch garniert servieren.



Nina Maier

Bulgur-Fleischpflanzerl mit Kirschsauce und Kartoffelpüree

Zutaten für zwei Personen

Für die Bulgurpflanzerl:

250 g Hackfleisch vom Rind
40 g Bulgur
2 Scheiben Toastbrot
1 Zwiebel
1 Knolle Ingwer à 2 cm
1 Knoblauchzehe
½ Zitrone, davon die Schale
½ Orange, davon die Schale
50 ml Hühnerfond
50 ml Milch
1 Ei
1 TL Djionsenf
1 TL Baharat-Gewürzmischung
1 TL Ras el-hanout
½ Bund glatte Petersilie
2 EL Ghee
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Bulgur in einem feinen Sieb waschen, in kochendem Salzwasser 4 Minuten garen, abschrecken und abtropfen lassen. Die Zwiebel abziehen, fein würfeln und im Hühnerfond aufkochen. Das Toastbrot würfeln und in Milch einweichen. Mit dem Ei, Senf, Orangen- und Zitronenschale, Ingwer, Knoblauch, Baharat und Ras el-hanout pürieren. Die Brösel mit Hackfleisch, Zwiebel, gehackter Petersilie und Bulgur mischen. Aus der Masse etwa 2 cm große Tropfen formen und diese in einer Pfanne mit Ghee bei mittlerer Hitze rundum anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Sauce:

75 g TK-Kirschen
¼ Knolle Sellerie
½ Karotte
1 Zwiebel
1 EL Tomatenmark
1 TL Puderzucker
1 TL Stärke
300 ml trockener Rotwein
400 ml Hühnerfond
100 ml Kirschsafft
1 EL Butter
1 TL Sonnenblumenöl
mildes Chilisal, zum Abschmecken
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Karotte und Sellerie schälen, von den Enden befreien und fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen, Karotte und Sellerie darin anschwitzen. Das Gemüse mit dem Puderzucker bestäuben und karamellisieren lassen. Tomatenmark anrösten und mit der Hälfte des Rotweins ablöschen. Auf die Hälfte einreduzieren lassen und wiederholen bis der Rotwein aufgebraucht ist. Fond und 75 ml Kirschsafft hinzufügen und aufkochen lassen. Das Gemüse abseihen. Mit Chilisal und Pfeffer abschmecken. Die Stärke im übrigen Kirschsafft abbinden. Die Butter in einer weiteren Pfanne aufschäumen, erhitzen und die Kirschen darin erwärmen.

Für das Kartoffelpüree:

6 mittelgroße Kartoffeln
200 g Sahne
3 EL Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in einem Topf mit Salzwasser weichkochen. Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und in einen Topf mit aufgeschäumter Butter pressen. Mit Sahne, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Püree und die Pflanzlerl anrichten, die Kirschen darum verteilen und mit der Sauce beträufelt servieren.



David Karl

Rinderfilet mit Balsamico-Feigen, lila Vanillekarotten und Erbsenpüree

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

1 Rinderfilet à 400 g
2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian
1 Knoblauchzehe
1 EL Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen

Das Rinderfilet waschen, trockentupfen, halbieren und in der Pfanne scharf von beiden Seiten wenige Minuten anbraten. Butter, Rosmarin, Thymian und Knoblauch dazugeben, aufschäumen lassen und die Filets mit der aromatisierten Butter nappieren.

Die Filets auf ein Backblech setzen und mit den Kräutern bedeckt in den Ofen geben. Im vorgeheizten Ofen etwa 10 Minuten rosa fertig garen lassen.

Für das Erbsenpüree:

500 g TK-Erbsen
1 Schalotte
500 ml Gemüsefond
200 g Butter
200 g Sahne
1 Muskatnuss, zum Reiben
1 Bund Minze
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Gemüsefond in einem Topf erhitzen.

TK-Erbsen und Schalotten in einer Pfanne mit etwas Butter andünsten. Den warmen Gemüsefond angießen und die Erbsen weich kochen.

Mit Minze, Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Sahne und übrige Butter dazugeben und mit einem Stabmixer fein pürieren.

Das Püree durch ein Sieb streichen und mit Salz abschmecken.

Für die Vanillekarotten:

200 g lila Karotten
200 ml Orangensaft
1 Vanilleschote
50 g Butter
50 g brauner Zucker

In einer Pfanne braunen Zucker hellbraun karamellisieren lassen, mit Orangensaft ablöschen und die halbierte Vanilleschote hinzugeben.

Die Karotten schälen, von den Enden befreien und in schräge Würfel schneiden. Im Vanillesud die Karotten etwa 10 Minuten bissfest garen und mit kalter Butter zu einer sämigen Sauce aufmontieren.

Für die Balsamico-Feigen:

2 grüne Feigen
100 ml trockener Rotwein
100 ml Balsamico
100 g brauner Zucker
100 g kalte Butter
Salz, aus der Mühle

Braunen Zucker in einer Pfanne hellbraun karamellisieren, mit Balsamico und Rotwein ablöschen und reduzieren lassen. Die Feigen vierteln und dazugeben.

Mit Salz abschmecken und mit kalter Butter aufmontieren.

Das Rinderfilet mit Balsamico-Feigen, lila Vanillekarotten und Erbsenpüree auf Tellern anrichten und servieren.