

▪ **Die Küchen Schlacht – Menü am 02. März 2018** ▪  
Finalgericht von Johann Lafer



**Lammfilets mit Gewürzschaum, gebratenem Honig-Chicorée und Kräuter-Falafel**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Falafel:**

150 g vorgegarte Kichererbsen  
1 TL Backpulver  
6 Zweige glatte Petersilie  
6 Zweige Koriander  
1 EL Mehl, zum Binden  
Chili, aus der Mühle  
neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle

Die Kichererbsen über Nacht in einer Schüssel mit kaltem Wasser einweichen.

Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken. Die Kichererbsen abgießen und mit Petersilie, Koriander, Backpulver, Mehl und ½ TL Salz in der Küchenmaschine pürieren. Die Masse mit gemahlenem Chili kräftig abschmecken, in eine Schüssel umfüllen und beiseite stellen.

Pflanzenöl in einem Topf erhitzen. Aus der Kichererbsen-Masse mit Hilfe eines Teelöffels Nocken abstechen und im heißen Öl goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Die Kräuter-Falafel mit Salz würzen.

**Für Chicorée und Lamm:**

4 Lammfilets à 75 g  
2 Chicorée  
1 Grapefruit  
1 TL flüssiger Honig  
1 TL Butter  
1 Zweige Salbei  
1 TL Koriandersamen  
2 EL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Chicorée waschen, die Enden soweit abschneiden, dass die Blätter noch zusammenhalten. Die Köpfe längs vierteln. Die Koriandersamen im Mörser zerstoßen. Die Grapefruit schälen, die Filets herausschneiden und den Saft aus den Resten auspressen. Den Salbei abbrausen und trockenwedeln.

Die Lammfilets mit gestoßenem Koriander, Salz und Pfeffer würzen.

Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen, die Lammfilets und den Chicorée mit dem Salbei bei großer Hitze darin anbraten. Honig, Butter und Grapefruitsaft hinzufügen. Den Chicorée mit Salz und Pfeffer würzen. Auf kleiner Temperatur etwa 5 Minuten garziehen lassen. Grapefruitfilets zugeben.

**Für den Gewürzschaum:**

½ TL Ras el-Hanout  
25 ml trockener Weißwein  
1 Zitrone, davon 1 EL Saft  
2 Eier, davon das Eigelb  
100 g zimmerwarme Butter

Den Weißwein mit Ras el-Hanout, Zitronensaft und den Eigelben in einer Schüssel verrühren. Auf einem heißen Wasserbad dickschaumig aufschlagen und dabei auf 70 Grad erhitzen.

Die Butter Teelöffelweise zugeben und unterschlagen. Sobald eine dickcremige Sauce entstanden ist, vom Wasserbad nehmen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kräuterfalafel mit Salz würzen und mit den Lammfilets und dem Chicorée anrichten. Den Gewürzschaum darüber träufeln.

Die Lammfilets mit dem Chicorée anrichten, den Grapefruit-Honig-Sud darüber träufeln und mit dem Gewürzschaum garniert servieren.

**Zusatzbestellung von Sabine:**

1 Knoblauchzehe, 2 Zweige Minze,  
1 Msp. Kreuzkümmel

Mit dem Kreuzkümmel, einer gehackten Knoblauchzehe sowie etwas klein geschnittener Minze verfeinerte Sabine ihre Falafel-Masse.

**Zusatzzutaten Benjamin:**

1 Knoblauchzehe, ½ EL Sesampaste,  
1 Msp. Kreuzkümmel

Benjamin schmeckte mit Knoblauch, etwas Sesampaste und Kreuzkümmel ebenfalls seine Falafel-Masse individuell ab.


**Zusatzgericht von Johann Lafer**
**Kichererbsen-Bratwurst-Strudel mit Avocado-Minze-Salat**
**Zutaten für zwei Personen**
**Für den Strudel:**

2 Blätter Strudelteig  
400 g Kichererbsen aus der Dose  
400 g grobe Kalbsbratwurst  
1 Stange Lauch  
2 weiße Zwiebeln  
3 Knoblauchzehen  
3 Eier, davon das Eigelb  
100 g Butter  
2 Zweige glatte Petersilie  
Chili, aus der Mühle  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Bratwurstmasse aus dem Darm drücken. Den Lauch der Länge nach aufschneiden, waschen und in feine Ringe schneiden. Knoblauch und Zwiebel abziehen und fein hacken. 50 g Butter in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin farblos anschwitzen. Lauch zugeben, kurz darin schwenken und alles mit Salz, Pfeffer und Chili würzen. Die Kichererbsen in einem Sieb abspülen, abtropfen lassen und zusammen mit dem Brät in eine Schüssel geben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen, hacken und zur Masse geben.

Zwiebel, Knoblauch und Lauch unter die Masse rühren und nochmals würzen. Mit einem Stabmixer die Masse grob mixen. Eigelbe unter die Masse heben.

Übrige Butter in einem Topf schmelzen und die erste Lage Strudelteig auf einem mit Backpapier belegten Backblech auslegen. Den Teig mit flüssiger Butter bestreichen. Die zweite Lage darauflegen und die Strudel-Masse mittig darauf verteilen. Zu einem Strudel aufrollen und mit 2 EL flüssiger Butter bestreichen.

Den Strudel im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen und vor dem Anrichten in Scheiben schneiden.

**Für den Avocado-Salat:**

1 Avocado  
1 rote Zwiebel  
3 Zweige Minze  
3 Zweige Koriander  
2 EL geröstetes Sesamöl  
2 EL weißer Balsamico

Die Avocado halbieren, den Kern entfernen, das Fruchtfleisch mit einem Löffel herauslösen und grob würfeln. Die Zwiebel abziehen und in feine Streifen schneiden. Koriander und Minze abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und hacken. Sesamöl und Balsamico in einer Schüssel cremig verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Avocado, Zwiebel und Kräuter zugeben und gut vermengen.

**Für die Garnitur:**

150 g Crème fraîche  
1 Limette, davon 1 TL Abrieb  
Salz, aus der Mühle

Die Crème fraîche mit Limettenabrieb verrühren. Limette halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Unterrühren und mit Salz abschmecken.

Den Kichererbsen-Bratwurst-Strudel mit Avocado-Minze-Salat auf Tellern anrichten, mit dem Dip garnieren und servieren.