

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 24. April 2018** ▪  
**Vorspeise mit Christian Lohse**



**Rüdiger Grünwald**

Was Kleines vorweg:

**Thunfischtatar mit Avocado-Apfel-Creme und Rote-Bete-Chips**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für das Tatar:**  
 1 Thunfischfilet à 200 g  
 1 kleine Stange Sellerie  
     1 grüne Chili  
 2 Frühlingszwiebeln  
     1 Limette  
 1 EL helle Sojasauce  
     2 TL Olivenöl  
 ½ Bund glatte Petersilie  
 Salz, aus der Mühle  
 Grüner Pfeffer, aus dem Glas

Die Frühlingszwiebeln von der äußeren Schale befreien, putzen und in feine Ringe schneiden. Die Chili längs halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien und klein würfeln. Sellerie waschen und sehr klein hacken. Petersilie abbrausen, trocken wedeln und fein hacken. Schale von einer Limette abreiben und 4 TL Saft auspressen. Den Thunfisch in ca. 3 x 3 mm kleine Würfel schneiden, mit Öl, Sojasauce, Limettenschale und -saft mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.  
 Frühlingszwiebeln, Petersilie, Staudensellerie und Chili untermischen.

**Für die Sauce:**  
 1 reife Avocado  
 2 EL Schmand  
 1 säuerlicher Apfel  
     1 Limette  
 1 TL Wasabi-Paste  
 Salz, aus der Mühle  
 Grüner Pfeffer, aus dem Glas

Die Avocado halbieren, Kern entfernen, Fruchtfleisch mit der Gabel zerdrücken. 2 TL Limettensaft und den Schmand untermischen. Den Apfel schälen, fein reiben und untermischen. Mit Wasabi, Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Rote-Bete-Chips:**  
 1 frische Rote Bete  
 Öl, zum Frittieren  
 Salz, aus der Mühle

Die Rote Bete in dünne Scheiben schneiden und in einer Fritteuse mit Öl knusprig ausbacken. Anschließend mit Küchenpapier abtupfen und gut salzen.

**Für die Garnitur:**  
 80 g Sprossenmix

Die Sprossen abbrausen und trocken tupfen.

Die Sprossen ringförmig anrichten, das Tatar drauf setzen und mit der Sauce übergießen, Salat beistellen und servieren.



**Ani del Longo**

## **Pecorino-Cremesüppchen mit Trüffelstangen**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Suppen:**

150 g Pecorino  
1 Zwiebel  
4 Knoblauchzehen  
500 ml Gemüsefond  
150 ml trockener Weißwein  
100 g Sahne  
30 g Mehl  
40 g Butter  
1 Muskatnuss, zum Reiben  
1 EL neutrales Pflanzenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen, in kleine Würfel hacken und zusammen mit der Butter und Öl in einem Topf andünsten. Das Mehl sieben und über die Zwiebeln geben, kurz anrösten bis das Mehl goldgelb ist. Mit Weißwein ablöschen, Knoblauch abziehen, pressen und hinzugeben. Gemüsefond unterrühren, aufkochen lassen, den Pecorino in kleine Stücke hinzugeben und rühren, bis sich der Käse verflüssigt hat.

Die Suppe mit Sahne auffüllen und mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Mit einem Stabmixer cremig aufmixen.

**Für die Trüffelbutter:**

4 Platten Blätterteig  
50 g Wintertrüffel  
125 g weiche Butter  
1 Zitrone, davon ¼ TL Abrieb  
1 TL Meersalz

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Trüffel fein hobeln und mörsern. Von der Zitrone etwas Schale reiben. Die Butter schaumig schlagen, Meersalz, Zitrone und Trüffel zugeben und weiter schlagen.

Die Hälfte des Blätterteiges ausrollen und mit der Trüffelbutter bestreichen. Die andere Hälfte darauflegen und in schmale Streifen schneiden. Streifen ineinander verdrehen und etwa 12 Minuten goldgelb backen.

**Für die Garnitur:**

1 EL Trüffelöl

Die Suppe mit etwas Trüffelöl beträufeln, mit der Stange anrichten und servieren.



**Rainer Haitz**

## **Gebratene Jakobsmuscheln mit Fenchel-Granatapfel-Salat und Pinienkern-Vinaigrette**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Fenchelsalat:**

1 Fenchelknollen mit Grün  
1 Granatapfel  
1 Limette, davon 1 TL Saft  
25 ml weißer Balsamico  
1 EL Rapsöl  
1 TL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
weißer Pfeffer aus der Mühle

Fenchelgrün abzupfen, abbrausen, trocken wedeln und beiseite stellen. Nur den saftigsten, geschlossenen Teil der Fenchelknolle verwenden. Mit einer einem Gemüsehobel hauchdünn aufschneiden. Mit Rapsöl, Olivenöl, Limettensaft, Balsamico, Salz und Pfeffer mischen. 30 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen. Granatapfelkerne und Fenchelgrün mit dem marinierten Fenchel mischen.

### **Für die Pinienkern-Vinaigrette:**

1 EL Pinienkerne  
1 Limette, davon 1 EL Saft  
3 EL Gemüsefond  
1 TL weißer Balsamico  
¼ Meerrettich-Senf  
3 Zweige glatte Petersilie  
2 Zweige Kerbel  
1 EL Pinienkernöl  
1 TL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl anrösten und grob hacken. Kräuter abbrausen und trocken wedeln. Pinienkerne, Kräuter, Gemüsefond, Balsamico, Senf und die Öle mit einem Stabmixer nicht zu fein pürieren. Die entstandene Vinaigrette mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken.

### **Für die Jakobsmuscheln:**

6 ausgelöste Jakobsmuscheln  
1 EL Mehl  
2 EL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
weißer Pfeffer aus der Mühle

Jakobsmuscheln leicht mehlieren. Jakobsmuscheln in einer Pfanne in Olivenöl 90 Sekunden von jeder Seite braten. Rogen dazugeben und noch 30 Sekunden weiterbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Für die Garnitur:**

4 bunte Blüten

Gebratene Jakobsmuscheln mit Fenchel-Granatapfel-Salat und Pinienkern-Vinaigrette auf Tellern anrichten, mit Blüten dekorieren und servieren.



**Kristin Ebert**

## **Mit Honig karamellisierter Ziegenkäse auf Pflücksalat**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Ziegenkäse**

100 g Ziegenkäse  
2 EL gehackte Mandeln  
8 EL flüssiger Honig

Den Honig in einem kleinen Topf erhitzen. Ziegenkäse teilen und in einer Grillpfanne von jeder Seite bei mittlerer Temperatur 4 Minuten anbraten. Den flüssigen Honig über den Ziegenkäse gießen und mit den Mandeln bestreuen.

### **Für den Salat:**

1 Romanasalatherz  
50 g Frisséesalat  
50 g Rucola  
25 g Walnusskerne

Die Walnusskerne hacken und in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten. Die Salate waschen, trocken schleudern und anrichten. Nüsse drüberstreuen.

### **Für das Himbeerdressing:**

45 g TK-Himbeeren  
1 TL flüssiger Honig  
1 TL heller Balsamico  
1 EL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Himbeeren auftauen, pürieren und passieren. Honig und Balsamico glatt rühren, langsam das Olivenöl zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Himbeerpüree untermischen.

### **Für die Rösti:**

3 große Kartoffeln  
2 EL Mehl  
1 Ei  
neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln waschen, schälen und auf einer Vierkantreibe reiben. Mit Salz, Pfeffer und Ei mischen, mit Mehl bestäuben und zu einem glatten Teig rühren.

Dünne Fladen formen und diese von beiden Seiten in einer Pfanne mit reichlich Öl ausgebacken. Die Rösti auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

### **Für die Garnitur:**

3 Scheiben Bacon  
1 EL gefriergetrocknete Himbeeren

Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Den Bacon auf ein mit Backpapier belegten Backblech geben und dort kross ausbacken.

Den Salat mit dem Dressing marinieren. Ziegenkäse und Salat auf Tellern anrichten, mit gefriergetrockneten Himbeeren garnieren und servieren.



**Florian Becker**

## **Beef tatar mit Spargel im Kataifi-Teig und Wildkräuter-Salat**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für das Tatar:**

2 Rinderfilets à 200 g  
5 Schalotten  
10 kleine Kapernbeeren  
4 Cornichons  
1 rote Paprika  
4 Eier  
4 TL edelsüßes Paprikapulver  
50 g Tomatenketchup  
3 EL Worcester Sauce  
1 TL Chili-Würzsauce  
6 EL Olivenöl  
3 EL scharfer Senf  
1 Bund glatte Petersilie  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Rinderfilet waschen und trocken tupfen. In feine Würfel schneiden und in gewünschte Tatar-Größe hacken. Mit Salz und Pfeffer würzen. Schalotten abziehen, fein würfeln und unter das Tatar geben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein schneiden. 1 EL Petersilie für den Dip an die Seite legen. Die restliche Petersilie unter das Tatar rühren. Eier aufschlagen, Eiweiß und Eigelb voneinander trennen und Eigelbe unter die Fleischmasse rühren.

Ketchup, Senf, Paprikapulver, Olivenöl, Worcester Sauce und die Chili-Würzsauce mit dem Tatar mischen. Paprika waschen, entkernen und in kleine Stücke schneiden und mit den Händen vorsichtig durch die Masse mischen. Cornichons und Kapernbeeren abtropfen lassen, in kleine Stücke schneiden und mit den Händen vorsichtig durch die Masse mischen.

### **Für den Spargel:**

5 Stangen weißer Spargel  
1 Rolle Kataifi-Teig  
4 EL Olivenöl  
200 ml Pflanzenöl, zum Frittieren  
1 Prise Zucker  
Salz, aus der Mühle

Den Spargel schälen. Ein Topf mit Wasser mit Öl, 1 Prise Salz und 1 Prise Zucker zum kochen bringen. Spargel in das siedende Wasser geben und 6 Minuten kochen lassen.

Spargel aus dem Wasser nehmen und mit kaltem Wasser abschrecken. Abtropfen lassen und bei Seite stellen. Den Teig ausbreiten. Den Teig mit etwas Olivenöl bepinseln. Teig um die Spargelstangen wickeln und bei 160 Grad im heißen Öl frittieren.

### **Für den Salat:**

150 g Wildkräutersalat-Mix  
1 Zitrone, davon der Saft  
6 EL Olivenöl  
6 EL dunkler Balsamico  
1 TL scharfer Senf  
1 Prise Zucker  
1 TL Chili-Würzsauce  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salat abbrausen, trocken schleudern oder trocken tupfen und in eine Schüssel geben.

Olivenöl und Balsamico in ein hohes Gefäß geben 2 EL Wasser hinzugeben und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Senf und Chili-Würzsauce unterrühren. Zitronenschale abreiben, halbieren, auspressen und Saft auffangen. Schale und 1 TL Zitronensaft unter die Vinaigrette mischen.

Vinaigrette über den Salat geben und vorsichtig unterheben.

### **Für die Garnitur:**

2 Scheiben weißes Toastbrot  
1 TL Butter  
2 EL Olivenöl

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Toastbrot diagonal halbieren und in einer Pfanne mit Butter und Öl ohne Farbe rösten. Im Ofen goldgelb fertig backen.

Beef tatar mit Spargel im Kataifi-Teig und Wildkräuter-Salat auf Tellern anrichten, mit dem Toastbrot garnieren und servieren.