

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 17.07.2018** ▪  
**Vorspeise mit Alfons Schuhbeck**



**Jonas Kratzke**

**Dreierlei vom Lachs: Frikadelle, Tatar und geräuchert auf Kartoffelpuffer mit Feldsalat**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Lachsfrikadelle:**  
 300 g Lachsfilet  
 70 g durchwachsener Speck  
 1 Schalotte  
 1 TL Senf  
 1 Ei  
 1 Bund Kerbel  
 3 EL Paniermehl  
 50 g Butterschmalz  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Lachs sehr fein schneiden und den Speck durch den Fleischwolf geben. Das Paniermehl in ein wenig Wasser aufquellen lassen. Schalotte abziehen und zusammen mit dem Kerbel fein hacken. Beides zum Paniermehl geben und das Ei und den Senf dazugeben. Alles mit Lachs und Speck vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Frikadellen formen und im Fett ausbacken. Anschließend auf einem Küchentuch abtropfen lassen.

**Für das Lachstatar:**  
 200 g Lachsfilet  
 1 Avocado  
 1 Zitrone  
 1 Schalotte  
 1 Knoblauchzehe  
 1 EL Crème fraîche  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Lachsfilet sehr fein würfeln. Die Avocado halbieren, den Kern entfernen und ebenfalls sehr fein würfeln. Die Würfel mit Crème fraîche, und etwas Zitronenabrieb in einer Schüssel vermengen. Knoblauch und Schalotte abziehen und fein hacken. Mit zu dem Tatar geben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für Räucherlachs auf Kartoffelpuffer:**  
 150 g Räucherlachs  
 300 g festkochende Kartoffeln  
 1 Zitrone  
 150 g Crème fraîche  
 1 EL Mehl  
 1 Bund Dill  
 100 ml Sonnenblumenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen und reiben. Die geriebene Kartoffel durch ein Geschirrtuch einmal ausdrücken, damit die Masse nicht so feucht ist. Nun mit dem Mehl verrühren und Salz und Pfeffer dazugeben. Zu einem Rösti formen und in heißem Öl 3 Minuten von jeder Seite anbraten. Einen Dip aus Crème fraîche, gehacktem Dill und Zitronenabrieb anrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Lachs auf den Rösti geben und mit einem Klecks von dem Dip servieren.

**Für den Feldsalat:**  
 2 EL Himbeeressig  
 2 EL Olivenöl  
 1 TL körniger Senf  
 1 TL Honig  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Silvia Wilden

## Pochierte Eier mit Rote-Bete-Kresse-Salat, Brezen-Topping und Pistazienkrokant

Zutaten für zwei Personen

- Für das Brezen-Topping:** Die Laugenbrezel in dünne Scheiben schneiden. Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen. Brezelscheiben darin bei mittlerer Hitze knusprig braten.
- 1 Laugenbrezel
  - 1 EL Butter
  - 2 EL Olivenöl
- Für den Krokant:** 2 EL Zucker in einen kleinen Topf geben und hellbraun karamellisieren. Pistazien zugeben und mit dem Holzlöffel unterrühren. Die Zuckermasse auf Backpapier auskühlen lassen.
- 1 EL Pistazienkerne
  - 3 EL Zucker
- Für den Salat:** Rote und gelbe Bete schälen und in dünne Scheiben hobeln. Getrennt in 2 Schüsseln mit Salz und 1 Msp. Zucker würzen. Vorsichtig mit den Händen durchkneten.
- 1 Knolle rohe Rote Bete
  - 1 Knolle rohe Gelbe Bete
  - 50 g junger Spinat
  - 1 Stück Meerrettich
  - 1 Beet Shiso-Kresse
  - 1 Prise Zucker
  - Salz, aus der Mühle
- Spinat waschen und trockenwedeln.  
Rote und gelbe Bete darauf verteilen. Meerrettichwurzel schälen und darüber raspeln. Von dem Beet Shiso-Kresse Kresse abschneiden und auf die Rote und gelbe Bete geben.
- Für die Vinaigrette:** Apfelessig, Olivenöl, Senf, Honig und 1 EL Wasser miteinander verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Salat mit der Vinaigrette vermengen.
- 2 EL Apfelessig
  - 3 EL Olivenöl
  - 1 TL mittelscharfer Senf
  - 1 EL Honig
  - Salz, aus der Mühle
  - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die pochierten Eier:** 2 l Wasser mit Apfelessig aufkochen. Die Temperatur herunterschalten, bis das Wasser nur noch leicht simmert. Mit dem Schneebesen einen leichten Strudel im Wasser erzeugen. Eier einzeln in eine Tasse aufschlagen und vorsichtig in den Strudel gleiten lassen. Ca. 3-4 Minuten pochieren. Die Eier mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, abtropfen lassen, salzen und auf den Salat setzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit dem Krokant und den Brezen garnieren und servieren.



**Karl-Heinz Martin**

## **Montafoner Sauerkäse-Suppe mit Bergkäse-Knödeln und Knoblauch-Baguette**

**Zutaten für zwei Personen**

- Für die Suppe:** Aus Mehl und Butter eine Einbrenn bereiten. Mit herben Weißwein löschen.  
 30 g Mehl  
 50 g Butter  
 ½ l Rinderfond  
 200 g Sauerrahm  
 125 ml trockener Weißwein  
 50 g Bergkäse  
 50 g Sauerkäse  
 ¼ Bund Petersilie  
 1 Muskatnuss  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Alles mit dem Schneebesen gut verrühren und mit der Rindssuppe aufgießen und etwas einkochen lassen. Sauerrahm mit geriebenen Bergkäse und dem kleingeschnittenen Sauerkäse vermischen und in die Suppe einrühren. Mit Muskatnuß, Salz, Pfeffer würzen und mit dem Stabmixer aufmixen und mit fein geschnittenen Schnittlauch servieren
- Für die Knödel:** Knödelbrot in kleinere Würfel schneiden. Eier dazugeben und vermengen.  
 200 g Knödelbrot  
 100 g Bergkäse  
 3 Eier  
 2 EL Mehl  
 1 Zwiebel  
 1 Zehe Knoblauch  
 ½ Bund Schnittlauch  
 ½ Bund Petersilie  
 Salz, aus der Mühle
- Zwiebel und Knoblauch abziehen, in kleine Würfel schneiden und anbraten. Petersilie und Schnittlauch klein schneiden und zusammen mit den Zwiebeln und dem Knoblauch zu dem Brot geben. Mehl und Eier dazugeben und die Masse mit etwas Salz würzen. Käse reiben und untermengen. Aus dem Teig mit nassen Händen Knödel formen. Wasser zum Kochen bringen und die Knödel darin garen, bis sie an die Oberfläche steigen.
- Für das Knoblauch-Baguette:** Baguette in Scheiben schneiden und mit etwas Olivenöl in der Pfanne anrösten. Knoblauch abziehen und das Brot damit einreiben. Zum Schluss mit ein wenig Chiliflocken würzen.  
 ¼ Baguette  
 Olivenöl, zum Anbraten  
 Chiliflocken, aus der Mühle  
 1 Zehe Knoblauch

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Henriette Schnabl-Gensthaler**

## **Asiatische Crêpe mit veganer Mayonnaise**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Crêpes :** Den Backofen auf 60 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

6 EL Mehl Alle Zutaten in eine große Schüssel geben und mit einem Schneebesen zu einem Crêpe-Teig glattrühren. mit einem Schneebesen glattrühren.

150 ml Milch Eine mittelgroße Pfanne mit etwas Rapsöl erhitzen und in mehreren

3 Eier Portionen Crêpes ausbacken. hinzugeben und mehrere Crepes herstellen.

1 Prise Salz Anschließend im Ofen warmhalten.

Rapsöl, zum Anbraten

**Für die Crêpes-Füllung:** Rinderfilet klein schneiden.

1 Rinderfilet, à 50 g

1 Karotte,

50 g Sprossen,

50 g Enoki Pilze

4 milde Peperoni

1 Lauch

1 EL Hoisin Sauce

Karotten schälen und in Stifte und Rauten schneiden. Spitzpaprika waschen und in Streifen schneiden. Lauch in Streifen schneiden und Peperoni kleinschneiden.

Rinderfilet in einer Pfanne mit Butterschmalz kurz anbraten und etwas Hoisin Sauce dazugeben. Zur Seite stellen.

**Für die vegane Mayo:** Zesten von der Limette abziehen und anschließend auspressen.

75 ml Sojamilch

1 Limette

1 Knoblauchzehe

120 ml Rapsöl

1 EL Reissessig

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Sojamilch, Reissessig, gehackten Knoblauch und Limettensaft und Zesten in einen Becher geben und mit einem Stabmixer verrühren. Langsam das Rapsöl hinzugeben und hochziehen. Mit Salz abschmecken. Falls die Mayo noch nicht bindet, in den Kühlschrank stellen.

**Für die Garnitur:**

1 Limette

1 Bund Koriander

Crêpes auslegen und mit Hoisin Sauce bestreichen. Das Gemüse darauf verteilen, das Rinderfilet darauf geben, mit Mayo bestreichen und Koriander, Sprossen und Pilze hinzugeben. Alles einrollen und in der Mitte durchschneiden.

Mit einer geviertelten Limette garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Anita Hartmann

## Glasierte Entenbrust mit Reisnudeln und Nam-jim-Sauce

Zutaten für zwei Personen

### Für die Entenbrust:

- 1 Barbarie-Entenbrust, à 200 g
- 1 EL Honig
- 2 EL Sojasauce
- 1 EL gerösteter Sesam
- 1 Bio-Limette

Den Backofen auf 200 Grad Grillfunktion vorheizen.

Die Entenbrust auf der Hautseite mehrfach einschneiden.

Die Hautseite anbraten bis sie knusprig ist. Ente wenden und ca. 1 Minute von der anderen Seite anbraten. Die Haut mit Honig bestreichen.

Anschließend für 10 min in den Ofen geben. In Alufolie einschlagen und im Ofen auf niedriger Höhe ruhen lassen.

In der Pfanne Honig karamellisieren lassen, mit Limettensaft ablöschen und mit Sojasauce aufgießen. Reduzieren lassen und die Entenbrust darin glasieren.

### Für die Nam-yim Sauce:

- 1 Bio-Limette
- ½ rote Chilischote
- ½ Knoblauchzehe
- 25 g Ingwer
- 1 Bund frischer Koriander
- 1 EL brauner Zucker
- 1 TL Fischsauce
- 1 TL geröstetes Sesamöl

Koriander fein hacken. Aus der Limette Filets herausschneiden. Filets mit braunem Zucker und gehackter Chili mörsern. Knoblauch abziehen und Ingwer schälen. Beides kleinschneiden und mit in den Mörser geben.

Sesamöl hinzugeben und mit Fischsauce abschmecken. Mit dem Koriander vermengen.

### Für die Reisnudeln:

- 300 g Reisnudeln

Reisnudeln 5 Minuten in heißem Wasser ziehen lassen.

Anschließend mit Nam-jim-Sauce vermengen.

### Für die Garnitur:

- 1 TL Schwarzer Sesam
- 1 TL weißer Sesam
- 4 kleine Chili-Schoten (rot und grün)

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Sesam und Chilis garnieren und servieren.