

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 04. September 2018 ▪
Vorspeise mit Björn Freitag



Tarek El-Sakran

Auberginen-Ziegenfrischkäse-Türmchen mit Pesto genovese und Röstzwiebeln

Zutaten für zwei Personen

Für das Auberginen-Türmchen: Die Auberginen waschen und in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Salz bestreuen und zum Entwässern für ca. 7 Minuten auf ein Stück Küchenpapier legen. Öl in einer Pfanne heiß werden lassen und Auberginenscheiben von beiden Seiten goldbraun anbraten. Anschließend auch Küchenpapier abtropfen lassen. Den Ziegenfrischkäse in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Auberginenscheiben im Wechsel mit Frischkäse und Pesto in einem Servierring schichten. Zum Abschluss die Röstzwiebeln darüber verteilen.

Für das Pesto genovese: Basilikum und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und in einen Mörser zupfen. Knoblauchzehen abziehen, grob hacken und zu den Kräutern geben. Pecorino reiben und zusammen mit den Pinienkernen in den Mörser geben, mit Öl aufgießen und zu einer homogenen Masse zerstoßen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und im Kühlschrank ziehen lassen.

3 Zweige Basilikum
3 Zweige Petersilie
2 Knoblauchzehen
10 g Pinienkerne
15 g Pecorino, zum Reiben
40 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Röstzwiebeln: Zwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden. Salzen und in Mehl wenden, gut abklopfen. Fett in einer Pfanne heiß werden lassen und Zwiebeln darin goldbraun backen.

2 Zwiebeln
2 EL Mehl
3 EL neutrales Öl
Salz, aus der Mühle

Für die Garnitur: Basilikum abbrausen, trockenwedeln und Gericht mit den Blättern garnieren. Kerne aus dem Granatapfel nehmen. Mit süßem Senf einen Streifen auf dem Teller ziehen und Kapern und Granatapfelkerne locker darüber streuen.

2 Zweige Basilikum
2 EL süßer Senf
30 g Kapern
½ Granatapfel

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Dagmar Ernst

Schwedischer Lachskuchen mit Honig-Senf-Sauce und Tomaten-Minz-Salat

Zutaten für zwei Personen

- Für den Lachskuchen:** Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Auflaufform mit Butter einfetten, Blätterteig darauf auslegen. Frischkäse darauf verteilen. Lachs in kleine Stücke zupfen und ebenfalls auf Blätterteig verteilen. Käse reiben, Eier darauf schlagen und mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken. Ei-Käse-Masse auf dem Kuchen verteilen. Für 15 Minuten im Ofen backen. Lachskuchen mit einem Ring ausstechen und anrichten.
- 100 g geräucherter Lachs
 - ½ Blätterteigrolle
 - 125 g Kräuterfrischkäse
 - 2 Eier
 - 200 g mittelalter Gouda, zum Reiben
 - 1 EL Butter
 - 1 Muskatnuss, zum Reiben
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für den Tomaten-Minz-Salat:** Orange heiß abwaschen und Schale abreiben. Anschließend halbieren und auspressen. Orangensaft mit Öl und Balsamico vermischen. Mit Salz, Orangenpfeffer und Pfeffer abschmecken. Tomaten waschen, trockentupfen und vierteln. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. Minze abbrausen, trockenwedeln und Blätter fein hacken.
- 250 g kleine Datteltomaten
 - 1 Orange
 - ½ Bund Minze
 - ½ Bund Frühlingszwiebeln
 - 1 EL Orangenbalsamico
 - 2 EL Olivenöl
 - Orangenpfeffer
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Tomaten und Frühlingszwiebeln zum Dressing geben, umrühren und kurz ziehen lassen. Minze und Orangenabrieb unterheben.
- Für die Honig-Senf-Sauce:** Sahne aufkochen lassen, Honig und Senf dazu geben. Mit Balsamico und Sojasauce abschmecken. Zutaten gut mit dem Schneebesen einrühren und ca. 5 Minuten köcheln lassen.
- 50 ml Sahne
 - 3 TL flüssiger Honig
 - 2 TL mittelscharfer Senf
 - 1 Spritzer dunkler Balsamico
 - 1 Spritzer dunkle SojaSauce

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Hendrik Büchter

Süßkartoffelsuppe mit Orangen-Kürbiskern-Topping und Garnelen-Spieß

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe:

1 Süßkartoffel
3 Karotten
1 kleine Zwiebel
1 Liter Gemüsefond
250 ml Orangensaft
1 Dose Kokosmilch
1 EL Currypulver
1 EL Paprikapulver
2 EL neutrales Öl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Süßkartoffel und die Karotten schälen und würfeln. Zwiebel abziehen und fein hacken. In einem Topf mit etwas Öl anschwitzen, Süßkartoffel und Karotten dazu geben und mit anschwitzen. Mit Gemüsefond ablöschen und ca. 20 Minuten köcheln lassen.

Mit dem Stabmixer fein pürieren. Kokosmilch und Orangensaft dazu geben, mit Currypulver, Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen und auf mittlerer Stufe köcheln lassen.

Für die Garnelen:

150 g küchenfertige Garnelen
3 cm Ingwer
2 EL neutrales Öl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Garnelen waschen und putzen. Ingwer schälen und reiben. Garnelen mit Öl, Ingwer, Salz und Pfeffer einreiben und auf einen Holzspieß reihen.

Öl in einer Pfanne heiß werden lassen und Garnelen darin von allen Seiten je ca. 1 Minute glasig anbraten.

Für das Topping:

50 g Kürbiskerne
1 Orange
2 EL flüssiger Honig
100 ml Kürbiskernöl

Orange heiß abwaschen und mit dem Zestenreißer bearbeiten.

Kürbiskerne in der Pfanne in Kürbiskernöl anrösten. Orangenzesten dazu geben und mit etwas Honig karamellisieren.

Für die Garnitur:

1 Bund Petersilie

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Über die Suppe streuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Liane Malbert

Überbackene Miesmuscheln „Sylter Art“ mit Petersilienbrösel und Pfannenbrot

Zutaten für zwei Personen

Für die Muscheln:

500 g küchenfertige Miesmuscheln
1 kleine Zwiebel
2 Knoblauchzehen
75 ml trockener Weißwein
2 EL neutrales Öl

Die Muscheln gründlich waschen, offene Muscheln aussortieren. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. In einem breiten Topf in etwas Öl glasig andünsten. Muscheln dazu geben und mit andünsten. Mit Weißwein ablöschen, Muscheln zugedeckt ca. 4 Minuten garen. Muscheln abgießen und Muschelsud dabei auffangen. Geschlossene Muscheln aussortieren. Muschelfleisch aus den Schalen lösen und ca. 12 große Schalenhälften zum Füllen zur Seite stellen.

Für das Gemüse:

1 kleine Karotte
50 g Knollensellerie
¼ Lauchstange
1 Zitrone
75 ml trockener Weißwein
20 g Butter
1 EL Mehl
250 g grobes Meersalz, zum Betten der Muscheln
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Karotte und Sellerie schälen, Lauch waschen. Alles fein würfeln. Butter in einem Topf zerlassen und Gemüsewürfel darin andünsten. Mit Mehl bestäuben und Wein ablöschen. Aufgefangenen Muschelfond hinzufügen und alles zur Hälfte einkochen. Topf vom Herd ziehen und ausgelöstes Muschelfleisch unterheben. Zitrone auspressen und Muschel-Gemüse-Mischung mit einem Spritzer Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Meersalz in einer ofenfesten Form verteilen und die beiseitegelegten Muschelschalen darauf setzen. Jeweils etwas Muschel-Gemüse-Füllung in die Schalenhälften geben.

Für die Brösel:

2 Scheiben Toastbrot
20 g Butter
2 Zweige glatte Petersilie

Backofengrill auf 220 Grad vorheizen. Toastbrot würfeln. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und Blätter von den Stielen zupfen. Toastbrot zusammen mit den Petersilienblättern in der Moulinette fein mahlen. Brösel über die gefüllten Muschelhälften streuen und Butter in kleinen Flöckchen darauf verteilen. Unter dem Backofengrill ca. 2 Minuten überbacken und sofort servieren.

Für das Pfannenbrot:

500 g Mehl
½ Würfel Hefe
1 TL Salz
1 EL Olivenöl

Mehl mit 250 ml Wasser, Olivenöl und Hefe vermischen. Hefe hinein bröseln. Zutaten zu einem glatten Teig verkneten und ca. 15 Minuten ruhen lassen.

Für die Garnitur:

1 Zitrone

Zitrone waschen und in achtel schneiden. Nach Belieben zu den Muscheln servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Stefan Engelke

Tagliata mit Trüffel-Aioli, Knoblauch-Chips und Tomaten-Rucola-Salat

Zutaten für zwei Personen

- Für das Fleisch:** Die Grillpfanne erhitzen. Rumpsteak waschen, trockentupfen und gegebenenfalls von Fasern und Sehnen befreien, Fettrand am Fleisch lassen. Steak auf jeder Seite 2 Minuten scharf anbraten. Steak im vorgeheizten Ofen bei 150 Grad ca. 10 Minuten lang weiter garen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Rumpsteak vor dem Servieren in feine Scheiben schneiden.
- 1 Rumpsteak á 450 g, ohne Fettrand
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Aioli:** Ei trennen und Eigelb mit Senf in einen Rührbecher geben. Mit dem Handrührgerät zu einer glatten Masse verrühren. 50 ml Öl tröpfchenweise einrühren, bis sich Öl und Masse verbinden. Anschließend restliches Öl unter ständigem Rühren langsam hinzufügen. So lange aufschlagen bis eine dickcremige Mayonnaise entsteht. Zitrone auspressen und ca. 1 EL Zitronensaft unter die Mayonnaise rühren. Trüffel klein hacken. Mascarpone, Mayonnaise und ca. 1 EL gehackte Trüffel in einen hohen Rührbecher geben und mit einem Stabmixer gut pürieren. Mit Salz, Pfeffer und etwas hellem Balsamico abschmecken und danach kaltstellen.
- 2 frische Eier, Zimmertemperatur
2 EL Mascarpone
1 kleine Knolle Sommertrüffel
1 Zitrone
1 TL mittelscharfer Senf
250 ml Sonnenblumenöl
2 EL hellen Aceto Balsamico
1 Prise Zucker
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, auf der Mühle
- Für die Knoblauch-Chips:** Knoblauchzehen abziehen und in feine Scheiben hobeln. Öl in einem Topf erhitzen und Knoblauchscheiben darin portionsweise kurz goldgelb frittieren. Knoblauchchips mit einem Schaumlöffel aus dem Topf nehmen und auf Küchentuch abtropfen lassen.
- 5 Knoblauchzehen
150 ml neutrales Pflanzenöl
- Für den Tomaten-Rucola-Salat:** Rucola abbrausen und trockenschleudern. Tomaten waschen und je nach Größe vierteln oder achteln. Zwiebel abziehen, Chili entkernen und beides in Würfel schneiden. Sardellen und Kapern grob hacken. Alle Zutaten in eine Schüssel geben. Aus Zitronensaft und Olivenöl eine Vinaigrette rühren und diese mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Vinaigrette über Tomaten träufeln und danach Rucola zugeben und alles locker vermengen.
- 50 g Rucola
200 g Kirschtomaten
1 rote Zwiebel
2 eingelegte Sardellen
½ EL eingelegte Kapern
1 frische Chilischote
1 Zitrone, zum Auspressen
2 EL Olivenöl
1 Prise Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- Für die Garnitur:** Parmesan über Gericht hobeln. Weißbrot aufschneiden und zum Gericht servieren.
- 100 g frischer Parmesan, zum Reiben
½ Stange Weißbrot

Das Gericht auf einem Teller anrichten und servieren.