

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 08. Oktober 2018** ▪
Leibgericht mit Alexander Kumptner



Michael Burmeister

Lachs-Frikadellen mit Karotten-Lauch-Gemüse und Kartoffel-Talern

Zutaten für zwei Personen

Für die Lachs-Frikadellen:

300 g Lachsfilet, ohne Haut
 1 Zwiebel
 ½ Zitrone
 2 Eier
 3 EL Magerquark
 8 EL Semmelbrösel
 1 Bund Dill
 ½ EL Butterschmalz
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Lachs waschen, abtrocknen und würfeln.

Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. In einer Pfanne mit Butterschmalz die Zwiebeln glasig dünsten. Dill abbrausen trocken wedeln und fein hacken.

Den Fisch mit einem scharfen Messer kleinhacken. Eier trennen. Zitrone auspressen. Zwiebeln mit Dill, Magerquark, 1 EL Zitronensaft, Eigelbe und 4 EL Semmelbrösel in den Mixer geben und zusammen mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Aus der Masse 4 Frikadellen formen und in den übrigen Semmelbröseln wenden.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und darin die Frikadellen bei mittlerer Hitze von jeder Seite 3 Minuten braten. Herausnehmen und warm stellen.

Für das Gemüse:

100 g braune Champignons
 1 Stange Lauch
 1 Karotte
 1 EL Butterschmalz
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Champignons putzen und klein schneiden. Lauch abbrausen und in Streifen schneiden. Karotte waschen, schälen und in Streifen schneiden. In die Pfanne Butterschmalz geben und darin das Gemüse 3 bis 4 Minuten andünsten. Mit 4 EL Wasser angießen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Kartoffeltaler:

2 große festkochende Kartoffeln
 Butterschmalz, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln waschen und schälen. In dünne Scheiben schneiden und in Butterschmalz braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnitur:

150 ml Saure Sahne
 1 Döschen Forellenkaviar
 Dillzweige, zum Garnieren

Frikadellen mit einem Klecks saurer Sahne und Forellenkaviar anrichten. Dillzweige abbrausen und zum Garnieren verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Tanita Erski

Selbstgemachte Bandnudeln mit frischen Tomaten und Knoblauch-Chili-Garnelen

Zutaten für zwei Personen

Für die Bandnudeln:

200 g Mehl
2 Eier
1 TL Salz
1 EL Olivenöl

Mehl, Eier, Olivenöl und Salz in einer Küchenmaschine zu einem Teig kneten. 5 Minuten ruhen lassen und anschließend mit einem Nudelholz dünn ausrollen. In einer Nudelmaschine zu Bandnudeln verarbeiten. Einen großen Topf mit Salzwasser aufsetzen, die Nudeln darin kochen bis sie an der Oberfläche schwimmen. Mit einer Schaumkelle herausheben und abtropfen lassen.

Für die Garnelen und die Tomaten:

12 mittelgroße, küchenfertige Riesengarnelen
15 kleine Rispetomaten
1 rote Chilischote
2 Knoblauchzehen
30 g Parmesan
1 TL Gemüsefond
1 EL Tomatenmark
4 EL Olivenöl
1 TL getrocknete italienische Kräuter
2 Stängel Basilikum, zum Garnieren
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Garnelen kurz mit kaltem Wasser abspülen und mit einem Küchentuch abtrocknen.

Den Knoblauch abziehen, die Tomaten waschen und halbieren. Die Chilischote entkernen und in Ringe schneiden.

Olivenöl in der Pfanne erhitzen, Garnelen 2-3 Minuten bei mittlerer bis starker Hitze anbraten. Knoblauchzehe, 4-5 Ringe der Chilischote und die frischen Tomaten zu den Garnelen in die Pfanne geben, kurz mitbraten.

Tomatenmark mit in die Pfanne geben, anschließend mit Gemüsefond aufgießen und mit dem Schneebesen kurz unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und italienischen Kräutern abschmecken. Hitze reduzieren und 5 Minuten langsam köcheln lassen.

Die gekochten Nudeln abtropfen lassen und in die Pfanne geben. Vor dem Anrichten Parmesan hobeln und über die Nudeln geben. Basilikum abbrausen, trocken wedeln und das Gericht damit garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Manuel Heininger

Pochierter Lachs mit Limetten-Schaumsauce und Jasminreis

Zutaten für zwei Personen

Für den pochierten Lachs:

300 g Lachsfilet, ohne Haut, in Sushiqualität
200 ml Blaubeersaft
100 ml Gingerbeer
3 cm Ingwer
Salz, aus der Mühle

Den Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. 300 ml Wasser mit Blaubeersaft, Gingerbeer, Ingwer-Scheiben und Salz in einem Topf ca. 10-15 min zusammen aufkochen. Danach den Sud auf mittlere Hitze abkühlen lassen.

Den Lachs waschen und trocken tupfen. 3 bis 5 min im Sud pochieren und anschließend vorsichtig aus dem Topf nehmen.

Für die Limetten-Schaumsauce

1 Limette
200 g Sahne
100 ml Weißwein
1 Knoblauchzehe
2 kleine Schalotten
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotten und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Saft der Limette auspressen. Schalotten und Knoblauch in einer Pfanne mit Öl goldgelb anbraten. Danach mit Wein und Limettensaft ablöschen. Kurz 1 min köcheln, Sahne dazugeben und aufkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sauce durch ein Sieb geben. Anschließend in den Sahnesyphon füllen, die CO2-Kapseln eindrehen, kalt stellen und schaumig auf dem Teller anrichten.

Für den Reis:

200 g Jasmin-Reis
Salz, aus der Mühle

Den Reis in einem Sieb waschen, bis das Wasser klar ist. Reis in einen Topf geben und mit ca. 400 ml Wasser bedecken. Topf mit einem Deckel schließen und das Wasser aufkochen. Sobald das Wasser kocht, den Herd auf kleinste Stufe stellen und den Reis etwa 12 min ausquellen lassen. Mit Salz würzen.

Für die Garnitur:

1 Limette
Blaubeeren, zum Garnieren
Rucola, zum Garnieren
Alfalfa Sprossen, zum Garnieren
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Blaubeeren und Rucola waschen. Lachs in die Mitte des Tellers geben und mit Pfeffer würzen. Mit Rucola, Blaubeeren und Sprossen garnieren. 2 TL von der Limette abreiben und über das Gericht geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Kathrin Schröder

Schnitzelchen vom Schweinefilet mit Champignon-Rahm, Polenta und Bohnen im Speckmantel

Zutaten für zwei Personen

Für die Schnitzelchen vom Schweinefilet:

450 g Schweinefilet
 3 Eier
 150 g Semmelbrösel
 100 g Mehl
 Paprikagewürz, zum Abschmecken
 Chilipulver, zum Abschmecken
 Butterschmalz, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schweinefilet waschen, trocken tupfen, parieren und in ca. 1 cm dicke Stücke schneiden. Anschließend flach klopfen. Eier aufschlagen und verquirlen.

Die Schnitzelchen und die Eier jeweils mit Paprikagewürz, Chilipulver, Salz und Pfeffer würzen. Anschließend das Fleisch in Mehl wenden, durch die Eimasse ziehen und mit den Semmelbröseln panieren. Dann in Butterschmalz knusprig auf beiden Seiten ausbacken.

Für den Champignon-Rahm:

5 große braune Champignons
 1 Schalotte
 1 Knoblauchzehe
 100 ml Weißwein
 400 g Sahne
 2 Stängel Petersilie
 1 EL Speisestärke
 1 EL Butter
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch und Schalotte abziehen und klein hacken. Die Champignons putzen, in Stücke schneiden und in einer Pfanne mit Butter anbraten. Wenn diese schön gebräunt sind, Schalotte und Knoblauch hinzugeben und kurz mitdünsten. Anschließend mit einem Schuss Weißwein ablöschen und einkochen lassen.

Petersilie abbrausen und fein hacken. Petersilie und die Sahne im Anschluss hinzufügen und das Ganze mit etwas Pfeffer und Salz abschmecken. Einkochen lassen, bis eine rahmige Konsistenz erreicht ist, bei Bedarf mit Speisestärke abbinden.

Für die Polenta:

100 g Maisgrieß
 400 ml Rinderfond
 20 g Parmesan
 1 EL Olivenöl
 1 Muskatnuss
 Petersilie, zum Garnieren
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Fond in einem Topf zum Kochen bringen und mit Salz würzen. Vom Herd nehmen und Maisgrieß unter ständigem Rühren ca. 5-10 Minuten quellen lassen. Mit geriebenem Parmesan und Olivenöl verfeinern. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Zum Abschluss Petersilie abbrausen und zum Garnieren verwenden.

Für die Bohnen im Speckmantel:

250 g Bohnen
 6 Scheiben Bacon
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Bohnen waschen, schneiden und in einem Topf mit Salzwasser ca. 5-10 Minuten köcheln. Danach mit kaltem Wasser abschrecken und zur Seite stellen.

Bohnen abkühlen lassen, kleine Pakete mit Bacon umwickeln und bei hoher Hitze in der Pfanne scharf anbraten. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Alexander Ziegler

Lammrücken in Pesto-Hülle mit Paprika-Auberginen-Gemüse und Rosmarinkartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für den Lammrücken in Pesto-Hülle:

300 g Lammrücken
 1 Knoblauchzehe
 ½ Bund Basilikum
 30 g Parmesan
 30 g Mandelstifte
 20 g Semmelbrösel
 100 ml Olivenöl
 Pflanzenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Knoblauch abziehen, Basilikumblätter abzupfen. Knoblauch mit Basilikum und Olivenöl zu einem Pesto mixen.

In einer Pfanne ohne Öl die Mandelstifte leicht anrösten. Anschließend Mandeln mit geriebenem Parmesan und Semmelbrösel zum Pesto geben und weiter mixen.

Lammrücken waschen und trocken tupfen. Kurz in einer Pfanne mit Öl anbraten, anschließend vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Mit dem Pesto großzügig einreiben. Den Rücken mit Parmesankäse bestreuen und im Ofen bei 200 Grad ca. 15 min überbacken. Anschließend das Fleisch ca. 10 Minuten ruhen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Rosmarinkartoffeln:

4 festkochende Kartoffeln
 1 Knoblauchzehe
 2 Zweige Rosmarin
 1 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Kartoffeln waschen, achteln und auf ein Backblech geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch abziehen und zusammen mit einem Rosmarinzweig dazugeben. Öl drüber träufeln und alles miteinander vermischen. Übrigen Rosmarin fein hacken und darüber streuen. Die Kartoffeln anschließend für 25 Minuten in den Ofen geben.

Für das Paprika-Auberginen-Gemüse:

½ Aubergine
 ½ gelbe Paprika
 ½ rote Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 25 ml Weißwein
 1 EL Tomatenmark
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Aubergine und Paprika waschen und trocken tupfen. Knoblauch und Zwiebel abziehen. Aubergine, Paprika, die halbe Zwiebel und halbe Knoblauchzehe fein in Würfel schneiden.

Aubergine in einer Pfanne mit Öl etwa 5 Minuten anbraten. Paprika, Knoblauch und Zwiebel dazugeben und weitere 3 bis 5 Minuten anbraten. Tomatenmark hinzufügen und mit Weißwein ablöschen. 100 ml Wasser dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und 1 Minuten köcheln lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Eva Ulrich

Steirer Cordon bleu mit Schwammerl-Reis und Blattsalat mit Käferbohnen

Zutaten für zwei Personen

Für das Steirer Cordon bleu:

- 1 Schweinskarree im Ganzen, ohne Knochen, ca. 600 g
- 4 Scheiben Beinschinken
- 4 Scheiben Goudakäse
- 2 Eier
- 5 EL Mehl
- 5 EL Semmelbrösel
- 5 EL gehackte Kürbiskerne
- 1 Wurzel Meerrettich
- 1 Zitrone, für die Garnitur
- Salz, aus der Mühle

Zwei Scheiben vom Schweinskarree im Schmetterlingsschnitt schneiden, leicht klopfen und salzen.

Das Fleisch mit Beinschinken und Gouda belegen. Meerrettich reiben und darauf geben. Zuklappen und mit Zahnstocher fixieren.

Panierstraße vorbereiten. Fleisch durch das Mehl und verquirlte Ei ziehen. Die untere Seite in die Semmelbrösel geben, oben mit Kürbiskernen belegen.

In der Fritteuse bei ca. 170 Grad ca. 8 bis 10 Minuten frittieren.

Für die Garnitur Zitronenscheiben schneiden.

Für den Schwammerl-Reis:

- 120 g Langkornreis
- 120 g gemischte Pilze
- 1 Schalotte
- 240 ml Gemüsefond
- 1 EL Butter
- Salz, aus der Mühle

Schalotte abziehen und klein würfeln. Pilze putzen und grob scheiden.

Schalotten und Pilze in einem Topf mit Butter glasig anschwitzen.

Reis hinzugeben und mit ca. 240 ml Gemüsefond aufgießen. Salzen und den Reis bissfest garen.

Für den Salat:

- 500 g gemischte Blattsalate
- 1 Bund Schnittlauch
- 2 EL Apfelessig
- 3 EL Kürbiskernöl
- 2 EL gekochte Käferbohnen
- Salz, aus der Mühle

Blattsalate mundgerecht zerpfücken, waschen und trocken schleudern.

Schnittlauch abbrausen und in kleine Röllchen schneiden.

Apfelessig, Salz und Kürbiskernöl zu einer Salatmarinade verrühren. Mit Schnittlauch verfeinern.

Blattsalat mit der Salatmarinade anmachen mit Käferbohnen garnieren und separat auf einem Teller zum Hauptgang servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.