



## | Die Küchenschlacht – Hauptgang & Dessert vom 08. Oktober 2009 |

### „Dorade à l’orange“ von Martin H. Lorenz

#### Zutaten für zwei Personen

2	Doraden Royale, ausgenommen, à 250 g, küchenfertig
150 g	Romanasalat
3	Orangen, unbehandelt
1	Zitrone, unbehandelt
2 EL	Oliven, schwarz, ohne Stein
1 Schote	Chili, rot
125 ml	Weißwein, trocken
100 ml	Fischfond
6 EL	Olivenöl
0,5 TL	Anissamen
4 Zweige	Thymian
4 Zweige	Rosmarin
4 Zehen	Knoblauch
	Zucker, zum Abschmecken
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

#### Zubereitung

Den Fisch waschen, trocken tupfen, innen und außen salzen und pfeffern. Den Rosmarin und den Thymian abzupfen. Den Knoblauch abziehen, in feine Scheiben schneiden und die Hälfte davon mit den Kräutern in die Fische füllen.

Etwas Schale von einer Orange und der Zitrone abreiben. Die Orange und die Zitrone halbieren und auspressen. Die übrigen Orangen schälen, die Orangenfilets herauslösen und den Saft auffangen. Die Chilischote entkernen und fein schneiden. Vier Esslöffel Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und die Fische darin pro Seite bei mittlerer Hitze ca. fünf Minuten braten. Den Wein, den Fischfond, den Saft der Orange und einer halben Zitrone mit den Anissamen dazugeben. Die Doraden zugedeckt fünf bis sieben Minuten in der Sauce garen, herausheben und warm stellen.

Den Salat waschen, trocken schleudern und in Streifen schneiden. Die Sauce aus der Pfanne in einen Topf gießen. Die Salatstreifen mit dem restlichen Knoblauch abziehen, im Öl kurz anbraten und das Chili dazugeben. Alles mit der Sauce ablöschen, die Oliven, die Orangenfilets und die Zitruschalen untermischen und heiß werden lassen.

Die Sauce mit Salz, Pfeffer und dem Zucker abschmecken und mit dem Fisch servieren.



## **„Pfirsiche in Wein mit Orangenkeksen“ vom Martin H. Lorenz**

### **Zutaten für zwei Personen**

4	Pfirsiche
2	Saftorangen
250 g	Zucker
300 g	Mehl
50 ml	Milch
100 g	Butter
1 Paket	Backpulver
3	Eier
1	Zitrone, unbehandelt
4 EL	Honig, Lavendel
2	Gewürznelken
1 Stange	Zimt
250 ml	Süßwein, französisch (Banyus)

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Wein mit dem Zimt und den Nelken in einen Topf geben. Die Zitrone halbieren, die Hälfte der Schale abreiben und mit 50 Gramm Zucker und dem Honig in den Topf geben. Das Ganze zehn Minuten kochen lassen.

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, die Pfirsiche überbrühen, kalt abschrecken, häuten, halbieren, vom Stein befreien und zu dem Weinsud geben.

Die Orangen halbieren und auspressen. Den restlichen Zucker, den Orangensaft, die Eier und die Hälfte der Milch vermengen und schaumig schlagen. Das Mehl und die Hälfte vom Backpulver unterrühren. Die Butter in einer Pfanne schmelzen und ebenfalls mit der restlichen Milch unterrühren. Den Teig mit einem Esslöffel auf einem Backblech verteilen, so dass Keksstücke entstehen. Die Kekse zehn Minuten in den Backofen geben.

Die Pfirsiche mit den Orangenkeksen auf Tellern anrichten und servieren.



## **„Kleine Tintenfische in Tomaten-Borlotti-Sugo dazu knuspriges Baguette“ von Constanze Steffenhagen**

### **Zutaten für zwei Personen**

6	Babytintenfische, à 50 g (dürfen nicht länger als 8 cm sein), küchenfertig
5	Miesmuscheln, geschlossen
2	Kartoffeln, mehligkochend
1	Baguette
3	Tomaten, reif
1	Zwiebel, rot
2 Knollen	Knoblauch, violett
2	Karotten
2 Stangen	Bleichsellerie
500 g	Borlottibohnen, aus der Dose (bringt sie mit)
250 g	Tomaten, aus der Dose
1	Zitrone, unbehandelt
1	Orange, unbehandelt
1 EL	Tomatenmark
100 ml	Wermut (Noilly Prat)
0,5 L	Weißwein, trocken
3	Gewürznelken
1	Peperoncini, rot
1	Lorbeerblatt, frisch
4 Zweige	Thymian
4 Zweige	Rosmarin
2 Zweige	Oregano
1 Bund	Petersilie, glatt
1 EL	Kapern, in Essig eingelegt, ( bringt sie mit)
10	Oliven ,Taggiasca in Salmoia (bringt sie selber mit)
500 ml	Olivenöl
2 EL	Zucker
1 TL	Pfefferkörner, schwarz
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Die Tintenfische waschen und trocken tupfen.

Die Zwiebel und zwei Zehen Knoblauch abziehen, klein schneiden und mit Olivenöl in einer Pfanne anbraten. Die Karotten und den Sellerie schälen, die Hälfte der Petersilienblätter abzupfen, drei Petersilienstengel zusammen mit den Karotten und den Sellerie klein schneiden und dazugeben. Anschließend die Tintenfische dazugeben und anschmoren. Nun das Tomatenmark und die Dosentomaten hinzufügen, alles gut durchrühren, mit dem Weißwein und dem Wermut ablöschen und zehn Minuten köcheln lassen. Mit Salz würzen. Die Tomaten vom Strunk befreien, in einem Topf mit Wasser blanchieren, häuten, anschließend entkernen, klein schneiden und ebenfalls in die Pfanne geben. Die Hälfte der Borlottibohnen hinzugeben. Die Blätter von dem Thymian und dem Rosmarin abzupfen und klein hacken. Die Peperoncini längs aufschneiden, entkernen und in feine Streifen schneiden. Das Lorbeerblatt, den Pfeffer, die Nelken, die Peperoncini, den Thymian, den Rosmarin und die Miesmuscheln in die Pfanne geben ,alles gut vermengen, zehn Minuten köcheln lassen und abschließend die restlichen Bohnen, die Oliven und die Kapern hinzufügen.

Die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden, in Salzwasser bissfest kochen und anschließend in die Pfanne mit den Tintenfisch geben. Die restliche Petersilie klein hacken. Die Schale der Zitrone und der Orange abreiben und mit der Petersilie in die Pfanne geben. Mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken. Drei Miesmuscheln öffnen und mit den restlichen geschlossenen Miesmuscheln in die Pfanne legen.

Den restlichen Knoblauch abziehen. Die Oreganoblätter abzupfen. Das Baguette schräg in Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl und dem Oregano rösten. Anschließend aus der Pfanne nehmen, mit dem Knoblauch abreiben und mit etwas Olivenöl beträufeln.



Die Tintenfische mit der Sauce auf Tellern anrichten und mit dem gerösteten Brot und den Miesmuscheln garnieren.



## **„Marinierte Mango und Papaya mit Zitronengras-Ingwer-Sud und Ziegenfrischkäse“ von Constanze Steffenhagen**

### **Zutaten für zwei Personen**

100 g	Pattaya Mango, reif
100 g	Papaya , reif
50 g	Ziegenfrischkäse
125 g	Crème fraîche
1	Limette
1	Zitrone, unbehandelt
2 Knollen	Ingwer
1 Stange	Zitronengras
1 Zweig	Minze
60 g	Akazienhonig
5 Teebeutel	Fencheltee
20 ml	Rum, weiß

### **Zubereitung**

Die Mango und die Papaya schälen und klein schneiden. Die Limette halbieren, die Schale abreiben und den Saft auspressen. Eine Knolle Ingwer schälen und reiben. Die Mangostücke in dem Limettensaft, der geriebenen Limettenschale und dem geriebenen Ingwer marinieren. Die Zitrone halbieren, den Saft auspressen und die Schale abreiben. Die Papayastücke in dem Zitronensaft, der geriebenen Zitronenschale und dem Rum marinieren.

Für den Sud den restlichen Ingwer abziehen und klein schneiden. Wasser kochen und den Fencheltee brühen. Den Ingwer mit dem Fencheltee und dem Zitronengras vermengen. Den Sud durch ein Teesieb geben und 50 Gramm Honig hinzufügen. Das Ganze kurz vor dem Servieren mixen.

Die Blätter von der Minze abzupfen. Den Ziegenfrischkäse, die Crème fraîche, den restlichen Honig und die Minze gut vermengen.

Die Mango- und Papayastücke auf Tellern anrichten und mit dem Sud und dem Ziegenfrischkäse garnieren.



### **„Saltimbocca mit Salbeispaghetti“ von Brigitte Enders**

#### **Zutaten für zwei Personen**

4 Scheiben	Kalbsfleisch, aus der Oberschale, à 80 g, küchenfertig
4 Scheiben	Parmaschinken
150 g	Spaghetti
8 Blätter	Salbei
1 Zweig	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
1 Zehe	Knoblauch
4 EL	Olivenöl
40 g	Butter
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

#### **Zubereitung**

Die Spaghetti in Salzwasser bissfest garen.

Das Kalbfleisch waschen, trocken tupfen, zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie dünn klopfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Auf jede Scheibe Fleisch ein Salbeiblatt und eine Scheibe Parmaschinken legen und diese mit den Holzzahnstochern feststecken.

Die restlichen Salbeiblätter klein hacken. Die Nudeln abgießen, zwei Esslöffel Olivenöl und den Salbei untermischen und das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen. Zehn Gramm Butter unter die Nudeln mischen und diese dann zugedeckt warm halten.

Die Knoblauchzehe abziehen und halbieren. Dann die Schnitzel mit der Schinkenseite nach unten in dem restlichen Olivenöl goldbraun anbraten. Anschließend die Schnitzel wenden und eine halbe Knoblauchzehe sowie den Thymian und den Rosmarin hinzufügen. Anschließend das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen, mit der restlichen Butter glasieren und die Schnitzel weitere zwei Minuten braten.

Die Schnitzel auf einem Teller zusammen mit den Salbeispaghetti anrichten.



## **„Erdbeerbecher mit Weinschaumsauce und karamellisierten Strudelblättern“ von Brigitte Enders**

### **Zutaten für zwei Personen**

1 Paket	Strudelteig
250 g	Erdbeeren
2	Eier
10 ml	Bitterorangenlikör
60 ml	Riesling
45 g	Zucker
2 EL	Puderzucker
20 g	Butter
	Minze, zum Dekorieren

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Die Butter erhitzen bis sie flüssig ist und dann zur Seite stellen.

Die Erdbeeren halbieren, vom Strunk befreien, in einen Becher füllen und mit dem Likör beträufeln. Die Eier trennen und die Eigelbe, den Zucker und den Riesling im Wasserbad aufschlagen bis die Masse schäumt. Dann die Weinschaumsauce auf den Erdbeeren verteilen.

Aus dem Strudelteig ein blechgroßes Stück herausschneiden und auf Backpapier auslegen, mit der flüssigen Butter bestreichen und mit dem Puderzucker bestäuben. Anschließend das Strudelblatt im Backofen auf der mittleren Schiene fünf Minuten goldbraun backen. Das Strudelblatt in grobe Stücke brechen und auf der Weinschaumsauce verteilen.

Abschließend den Erdbeerbecher mit der Minze dekorieren.