



| Die Küchenschlacht - Hauptgerichte vom 30. September 2009 |

„Kalbsmedaillons mit Pilzen und Risotto“ von Herminio Eschle

Zutaten für zwei Personen

2	Kalbsfiletmedaillons, à 130 g
2 Scheiben	Schinken, luftgetrocknet
175 g	Pilze
150 g	Risottoreis
1 Zehe	Knoblauch
1	Schalotte
100 ml	Weißwein
250 ml	Gemüsefond
50 g	Parmesan, am Stück
1 Zweig	Salbei
1 Zweig	Basilikum
1 Zweig	Petersilie, glatt
1	Ei
50 ml	Portwein, weiß
100 ml	Kalbsfond
0,5 EL	Butterschmalz
0,5 EL	saure Sahne
0,5 EL	Olivenöl
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Salz

Zubereitung

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Die Schalotte abziehen, fein würfeln und eine Hälfte davon im Olivenöl glasig dünsten. Den Reis dazu geben und mit dünsten lassen. Die Knoblauchzehe abziehen und halbieren. Eine Hälfte davon pressen, dazugeben und das Ganze mit dem Weißwein ablöschen. Nach und nach mit dem Gemüsefond aufgießen und das Ganze unter regelmäßigem Rühren etwa 20 Minuten garen, bis der Risottoreis bissfest ist. Den Parmesan reiben und etwa 25 Gramm davon unterrühren.

Die Kalbsfiletmedaillons waschen, trocken tupfen und zu Taschen aufschneiden. Das Ei trennen. Die Kräuter klein hacken. Den restlichen Parmesan, die Kräuter, die saure Sahne und das Eigelb miteinander vermengen und in die Fleischtaschen füllen. Mit dem Schinken umwickeln, anschließend mit Holzspießen verschließen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, die Kalbsmedaillons darin auf jeder Seite zwei Minuten anbraten und anschließend im Ofen zehn Minuten fertig garen.

Die Pilze putzen, in Scheiben schneiden und im Bratsud anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Portwein und dem Kalbsfond aufgießen. Die Sauce auf ein Drittel einkochen lassen.

Das Risotto auf Tellern geben, mit den Pilzen belegen und mit der Sauce beträufeln. Die Kalbsfiletmedaillons darauf anrichten und servieren.



„Indische und französische Hackbällchen mit Mango-Sepia-Salat“ von Ann-Christin Katenbring

Zutaten für zwei Personen

70 g	Hackfleisch, gemischt, vom Rind und Schwein
70 g	Mett
10 g	Roquefort
2	Tintenfischtuben, küchenfertig
2	Limetten, unbehandelt
2	Zitronen, unbehandelt
1	Mango, reif
1	Zwiebel, rot
1	Ei
6	Kirschtomaten
1	Frühlingszwiebel
4 g	Cashewkerne
0,5 Schote	Chili, rot
2 TL	Paniermehl
6 EL	Pflanzenöl
4 EL	Fischsauce
1 TL	Mangochutney
1 TL	Olivenöl
1Körbchen	Kresse
1	Ingwer,
	Currypulver, mittelscharf
	Zucker
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Salz

Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die französischen Hackbällchen das Ei verquirlen und die Hälfte davon mit 35 Gramm Mett, 35 Gramm Hackfleisch und einem Teelöffel Paniermehl in einer Schüssel vermengen und zu einem Fleischteig kneten. Die Cashewkerne grob hacken und zusammen mit dem Roquefort zu dem Fleischteig geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend fünf Bällchen daraus formen.

Für die indischen Hackbällchen das restliche Ei mit dem restlichen Hack und Mett und mit einem Teelöffel Paniermehl zu einem Fleischteig kneten. Eine Zitrone halbieren und auspressen. Etwa ein halben Teelöffel Ingwer abreiben. Den Zitronensaft mit dem Mangochutney, dem Ingwer und dem Curry hinzufügen und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend weitere fünf Bällchen daraus formen.

Abschließend ein Backblech mit einem Teelöffel Olivenöl ausfetten und die Hackbällchen etwa 25 Minuten im Backofen backen.

Für den Mango-Sepia-Salat die Mango schälen, halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch in dünne Stifte schneiden. Die Zwiebel abziehen, halbieren und eine Hälfte in sehr dünne Ringe schneiden. Die Kirschtomaten halbieren. Die Chili halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden. Die Frühlingszwiebel in dünne Ringe schneiden. Die Mangostifte, die Zwiebelringe, die Frühlingszwiebel, Kirschtomaten und die Chili in einer Schüssel vermengen. Für die Vinaigrette die Limetten halbieren und den Saft auspressen. Den Saft mit etwas Zucker, der Fischsauce und vier Esslöffel Pflanzenöl verrühren und unter den Salat mischen. Die Kresse darüber streuen.

Die Sepia waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Die restliche Zitrone halbieren und den Saft auspressen. In einer Pfanne zwei Esslöffel Pflanzenöl stark erhitzen, die Sepia-Streifen darin unter Rühren etwa fünf Minuten braten, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen.

Den Salat auf Tellern anrichten und mit den Sepia-Streifen und den Hackbällchen garniert servieren.



„Lamm im Kartoffelmantel mit karamellisierten Karotten“ von Hartmut Götz

Zutaten für zwei Personen

2	Lammlachse, à 200 g
500 g	Kartoffeln, festkochend
200 g	Karotten
40 g	Semmelbrösel
2 Zehen	Knoblauch
1 Bund	Petersilie, glatt
1 Zweig	Rosmarin
250 ml	Lammfond
35 g	Butter
2 EL	Erdnussöl
	Zucker
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 230 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln schälen, grob raffeln, in zwei Portionen teilen und den Saft aus den Kartoffeln pressen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Kartoffelraspeln nur von einer Seite goldbraun anbraten und anschließend mit der gebratenen Seite auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Das Lamm waschen, trocken tupfen, salzen, pfeffern und in den Semmelbröseln wenden. Die Petersilie fein hacken und alles bis auf zwei Esslöffel auf die ungebratene Seite der Kartoffelrösti streuen. Anschließend das Fleisch auf die Rösti legen, mit dem Tuch einrollen und mit der Verschlussseite auf einem Rost im Backofen etwa 15 Minuten garen.

Zehn Gramm Butter in einem Topf erhitzen. Die Karotten schälen, in schräge Scheiben schneiden, in die Butter geben, mit Salz und Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Anschließend etwa 20 Minuten mit den ungeschälten Knoblauchzehen weiterschmoren lassen, die restliche Petersilie hinzufügen und das Ganze mit Pfeffer abschmecken.

Für die Sauce einen Topf mit dem Lammfond und dem Rosmarinzweig auf die Hälfte reduzieren lassen. Anschließend den Rosmarinzweig der Sauce entnehmen, die restliche Butter in mehreren Stücken unterrühren, und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Lamm mit der Sauce und den karamellisierten Karotten auf Tellern anrichten und servieren.



„Rehnüsschen mit Pilzrahm und Kräuterspätzle“ von Renate Radlmaier

Zutaten für zwei Personen

2	Rehfilets, à 150 g
1 Zweig	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
1 Knolle	Knoblauch
1 EL	Maiskeimöl
200 g	Champignons, klein
2	Schalotten
150 g	Crème fraîche
2 Bund	Petersilie
250 ml	Sahne
125 ml	Sherry, medium dry
140 g	Butter, kalt
250 g	Mehl, doppelgriffig
5	Eier
1 Bund	Schnittlauch
1	Muskatnuss
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Die Rehfilets waschen, trocken tupfen; in fünf Zentimeter große Stücke schneiden und flachdrücken. Anschließend mit Pfeffer und Salz würzen und in einem Esslöffel Maiskeim und dem Rosmarin- und Thymianzweig anbraten. Ein Stück Alufolie auf ein Backblech legen und das Fleisch zusammen mit den Rosmarin- und Thymianzweigen, und der Knoblauchzehe auflegen. Im Ofen ziehen lassen.

Die Schalotten und eine Zehe Knoblauch abziehen und würfeln. Beides in einer Pfanne anschwitzen, mit dem Sherry ablöschen und mit der Sahne und Crème fraîche aufgießen. Das Ganze kurz köcheln lassen.

Ein Bund Petersilie klein hacken. Die Pilze putzen und zusammen mit der Petersilie in 20 Gramm Butter langsam andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die eingekochte Sahnesoße mit 80 Gramm Butter leicht montieren. Anschließend von der Hitze nehmen.

Das Mehl, die Eier und etwas Salz zu einem zähen Teig rühren. Die restliche Petersilie und den Schnittlauch fein hacken und untermischen. Etwas Muskat darüber reiben und verrühren.

In einem Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Mit einem Spätzlehobel den Teig portionsweise in das Wasser geben. Anschließend mit einem Schaumlöffel die oben schwimmenden Spätzle herausnehmen und sofort in Eiswasser geben. In einer Pfanne die restliche Butter schmelzen und die abgetropften Spätzle darin wieder erhitzen.

Die Spätzle und die Rehfiletstückchen auf Tellern anrichten. Die Sauce daneben platzieren. Das Fleisch mit etwas frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen. Abschließend die Pilze auf die Teller garnieren.