



| Die Küchenschlacht - Vorspeisen am 16. Juni 2009 |

„Salat mit gebeizter Forelle“ von Martin Dücker

Zutaten für zwei Personen

2	Forellenfilets, à 100 g, mit Haut
200 g	Magermilchjoghurt
20 g	Mehl
1 Knolle	Fenchel
1	Karotte
1	Kohlrabi
1	Zitrone, unbehandelt
2 EL	Nussöl
2 EL	Pflanzenöl
1 EL	Estragon, gehobelt
1 EL	Portwein, weiß
1 Prise	Cayennepfeffer
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Forellenfilets auf Alufolie legen und mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und Estragon würzen und ziehen lassen.

Von der Fenchelknolle ein zwei Zentimeter großes Stück abschneiden, putzen und in Streifen schneiden. Die Karotte und den Kohlrabi schälen und in streichholzgroße Streifen raspeln. Die Zitrone halbieren und auspressen. Das Gemüse mit drei Esslöffeln Zitronensaft beträufeln und ziehen lassen.

Aus dem Nussöl, Pfeffer, Salz und Joghurt ein Dressing rühren. Das Gemüse nun mit dem Dressing vermengen und etwas ziehen lassen.

Die Forellenfilets aus der Folie nehmen, die Hautseite melieren und in dem Pflanzenöl von allen Seiten kurz anbraten.

Die Forellenfilets mit etwas Portwein beträufeln und zusammen mit dem Gemüse angerichtet servieren.



„Brokkoli-Blumenkohl-Suppe mit Curryschaum und frittiertem Lauch“ von Myriam Krall

Zutaten für zwei Personen

125 g	Brokkoli
125 g	Blumenkohl
1 Stange	Lauch
1 TL	Currypulver
750 ml	Kalbsfond
270 ml	Olivenöl
200 ml	Sahne
200 ml	Gemüsefond
1	Kartoffel, mehlig kochend
1	Zwiebel
1	Muskatnuss
1 EL	Mehl
1 EL	Butter
200 ml	Sahne
200 ml	Gemüsefond
1 TL	Paprikapulver, rosenscharf
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Die Kartoffel schälen. Die Zwiebel abziehen und zusammen mit dem Brokkoli, dem Blumenkohl sowie der Kartoffel klein schneiden. Das Gemüse in 20 Milliliter Olivenöl anschwitzen. Anschließend die Hälfte des Gemüsefonds angießen und zugedeckt bei mittlerer Hitze kochen, bis das Gemüse weich ist. Anschließend das Gemüse fein pürieren, den Kalbsfond aufgießen, erneut zum Kochen bringen und mit Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss abschmecken. Das Ganze mit der Hälfte der Sahne verfeinern.

Für den Schaum den restlichen Gemüsefond mit der restlichen Sahne und dem Currypulver erhitzen und die Butter dazugeben. Anschließend mit Salz und dem Paprikapulver abschmecken und schaumig aufschlagen.

Den Lauch längs halbieren, in feine Streifen schneiden und mit dem Mehl mischen. Das restliche Öl in einem Topf erhitzen und den Lauch darin kurz frittieren. Danach mit der Schaumkelle herausheben und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Die Suppe in Glasschüsseln füllen und den Curryschaum draufgeben. Das Ganze mit dem Lauch garniert servieren.



„Spinat-Oliven-Gnocchi mit Parmesanschaum“ von Dr. Thomas Neubourg

Zutaten für zwei Personen

80 g	Oliven, grün, entsteint
80 g	Oliven, schwarz, entsteint
80 g	Parmesan
50 g	Blattspinat
80 g	Weißbrot
80 g	Quark, 20% Fettgehalt
20 g	Mehl
10 g	Butter
100 ml	Weißwein, trocken
100 ml	Sahne
2	Schalotten
1	Ei
1	Tomate
1 Zehe	Knoblauch
5 EL	Olivenöl
0,5 Bund	Petersilie, glatt
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Blattspinat waschen, trocken tupfen und in heißem Salzwasser blanchieren. Anschließend den Spinat mit eiskaltem Wasser abschrecken, trocken schleudern und fein pürieren. Die grünen Oliven mit vier Esslöffeln Olivenöl ebenfalls pürieren. Das Weißbrot entrinden und mit einem Pürierstab zerbröseln.

Für die Gnocchi den Quark durch ein feines Sieb streichen und mit 30 Gramm geriebenem Parmesan, dem Mehl und dem Ei zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig auf einer bemehlten Fläche zu einer zwei Zentimeter dicken Rolle formen, kleine Stücke abschneiden und diese zu Gnocchi formen.

Die Gnocchi in heißem Salzwasser ziehen lassen, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Anschließend die Gnocchi in kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.

Die schwarzen Oliven halbieren. Die Tomate mit heißem Wasser überbrühen, enthäuten und in feine Streifen schneiden. Die Knoblauchzehe und eine Schalotte abziehen, fein würfeln und in dem restlichen Olivenöl andünsten. Anschließend die Olivenstücke, die Tomatenstreifen und die Gnocchi zugeben. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Parmesanschaum die verbleibende Schalotte abziehen, fein würfeln und in der Butter andünsten. Das Ganze mit dem Weißwein ablöschen und der Sahne auffüllen und einreduzieren lassen. Anschließend den restlichen Parmesan reiben, in die Reduktion streuen und mit einem Pürierstab aufmischen.

Die Petersilie zupfen und fein hacken.

Die Gnocchi mit dem Blattspinat und dem Parmesanschaum anrichten und mit Petersilie dekoriert servieren.



„Papayasalat mit marinierten Möhren und Nuoc Cham“ von Claudia Boening

Zutaten für zwei Personen

1	Papaya
4	Karotten, mittelgroß
160 g	Zucker, braun, fein
100 g	Krabbenfleisch, vorgekocht
180 ml	Fischsauce
60 ml	Reisessig
6	Shrimps, vorgekocht, geschält
1	Libanesische Gurke
1	Limette, unbehandelt
1	Zitrone, unbehandelt
0,5 Bund	Korianderblätter
0,5 Bund	Basilikumblätter
0,5 Bund	Minzeblätter
3 Zehen	Knoblauch
2 Schoten	Chili, rot
2 Schoten	Chili, grün, mittelscharf
2 EL	Schalotten, frittiert, aus dem Asialaden

Zubereitung

Die Scampis in Salzwasser kurz kochen, abkühlen lassen und der Länge nach halbieren.

Für die marinierten Möhren eine rote Chilischote fein schneiden. Die Karotten, waschen, schälen und in lange dünne Stifte schneiden. Die Limette halbieren und den Saft auspressen. Zwei Knoblauchzehen abziehen und fein würfeln. Den Reisessig mit 60 Milliliter Fischsauce, der Chili, zwei Esslöffeln Limettensaft, dem Knoblauch und mit 40 Gramm braunen Zucker gut verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Anschließend die Karottenraspeln unterheben und ziehen lassen.

Für das Nuoc Cham die grünen Chilischoten klein schneiden. Den restlichen Knoblauch abziehen und fein würfeln. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Die restliche Fischsauce mit zwei Esslöffeln Wasser und Zitronensaft, dem Knoblauch, dem Chili und dem restlichen braunen Zucker vermischen, bis sich der Zucker aufgelöst hat.

Für den Papayasalat die Papaya entkernen und die Hälfte in kleine Stücke zerteilen. Die Gurke waschen und in feine Stifte schneiden. Den Koriander, das Basilikum und die Minze zupfen und fein hacken. Die restliche rote Chilischote entkernen und klein schneiden.

Die Papaya mit dem Krabbenfleisch, Shrimps, den eingelegten Karotten, der Gurke, dem Koriander, dem Basilikum, der Minze und der Chili in eine Schüssel geben und mischen. Das Nuoc Cham löffelweise dazugeben und vorsichtig unterrühren.

Den Salat auf Tellern anrichten und mit den frittierten Schalotten dekoriert servieren.



„Lauwarmes Lachs-Carpaccio in Zitronen-Senf-Honig-Marinade“ von Andreas Weiler

Zutaten für zwei Personen

1	Lachsfilet, à 250 g, ohne Haut
1 EL	Honig, flüssig
1 EL	Senf, grobkörnig
1	Zitrone, unbehandelt
1	Kartoffel, groß, fest kochend
1	Birne, fest, süß
100 g	Feldsalat
250 ml	Schlagsahne
2 EL	Olivenöl
1 Bund	Schnittlauch
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffel schälen, waschen und fein würfeln. Die Birnen schälen, vierteln, entkernen und ebenfalls in feine Würfel schneiden. Die Kartoffelwürfel in zwei Esslöffeln Olivenöl von allen Seiten goldbraun braten und mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Die Birnenwürfel für etwa zwei Minuten zugeben und mehrmals schwenken.

Die Sahne aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und wieder abkühlen lassen. Den Schnittlauch fein hacken und mit zu der Sahne geben.

Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Den Lachs waschen, trocken tupfen, in hauchdünne Scheiben schneiden und auf einem Teller ausbreiten. Aus einem Esslöffel Zitronensaft, dem Honig, dem groben Senf, etwas Salz und Pfeffer eine Marinade verrühren und über den Lachs geben. Ebenso die Kartoffel-Birnenmischung über die Lachsscheiben verteilen und den Teller für ungefähr fünf Minuten in den Ofen geben.

Den Feldsalat waschen, schleudern und auseinander schneiden.

Den Teller aus dem Backofen nehmen, mit dem Feldsalat garnieren und mit der Schnittlauchsahne dekoriert servieren.