

# Die Küchenschlacht - Menü am 18. Mai 2015 | „Leibgerichte“ Mario Kotaska



## **Leibgericht: „Schwäbischer Zwiebelrostbraten mit Spätzle und gebratenem Chicorée“ von Robert Glogger**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für den Zwiebelrostbraten:*

2 Scheiben Rumpsteak, à 200 Gramm  
3 TL mittelscharfer Senf  
2 EL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Zwiebelsauce:*

2 Gemüsezwiebeln  
1 Zehe Knoblauch  
4 EL Olivenöl  
1 TL Zucker  
3 Lorbeerblätter  
2 TL Tomatenmark  
100 ml Portwein  
250 ml Kalbsfond  
1 EL kalte Butter  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für den Chicorée:*

2 Stauden Chicorée  
1 Zwiebel  
1 säuerlicher Apfel  
40 g Pancetta  
20 ml Ahornsirup  
20 ml Apfelessig  
75 ml Apfelsaft  
2 EL Olivenöl  
20 g kalte Butter

#### *Für die Spätzle:*

150 g Mehl  
2 Eier  
1 Muskatnuss  
1 Msp. Kurkuma  
1 Bund Schnittlauch, zum Garnieren  
50 ml Mineralwasser mit Kohlensäure  
4 EL Butter, zum Anschwitzen

#### *Für die Röstzwiebeln:*

1 Gemüsezwiebel



2 TL edelsüßes Paprikapulver  
2 EL Mehl  
500 ml Frittieröl  
Salz, aus der Mühle

## Zubereitung

Den Backofen auf 100 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Für die Zwiebelsauce die Gemüsezwiebeln abziehen, längs vierteln und in feine Streifen schneiden. Die Knoblauchzehe abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln sowie den Knoblauch darin anbraten. Zwiebeln und Knoblauch mit Salz und Zucker würzen. Die Lorbeerblätter untermischen und bei mittlerer Hitze drei Minuten braten. Das Tomatenmark mit in die Pfanne geben und unter gelegentlichem Rühren für fünf Minuten mit braten. Die Sauce mit dem Rotwein ablöschen und fast vollständig einkochen. Den Kalbsfond zugießend und bei mittlerer Hitze zehn Minuten köcheln lassen. Die Lorbeerblätter wieder entnehmen.

Den Fettrand vom Rumpsteak mit einem scharfen Messer mehrfach bis zum Fleisch einschneiden. Das Fleisch mit Olivenöl und Senf einstreichen und salzen. In einer heißen Grillpfanne auf jeder Seite zwei Minuten braten. Anschließend pfeffern und in Alufolie gewickelt 20 Minuten in den Ofen geben.

Für den Chicorée die Zwiebel abziehen, den Apfel schälen und entkernen. Apfel, Zwiebel und Speck fein würfeln. Den Chicorée waschen und trocken tupfen. Anschließend halbieren und jeweils den Strunk so herausschneiden, dass die Blätter noch zusammenhalten. Chicorée auf den Schnittflächen in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten salzen, pfeffern und herausnehmen. Zwiebel, Apfel und Speck in der Pfanne mitbraten. Den Ahornsirup dazugeben, mit Apfelsaft und Essig ablöschen und aufkochen. Die Chicoréehälften im Sud zugedeckt bei kleiner Hitze in zehn bis zwölf Minuten weich garen. Kurz vor Garzeitende den Sud ohne Deckel leicht sämig einkochen und die kalte Butter einschwenken.

Für die Spätzle Mehl, Eier und Mineralwasser in einer Schüssel vermengen und schlagen, bis der Teig Blasen wirft. Einen Teil der Muskatnuss dazu reiben und den Kurkuma unterrühren. Einen großen Topf mit reichlich gesalzenem Wasser zum Kochen bringen. Eine Schüssel und ein Sieb zum Abtropfen bereitstellen. Wenn das Wasser kocht, ein Spätzlebrett und den Schaber zum Anfeuchten kurz in den Topf halten. Etwa ein bis zwei Löffel Spätzleteig auf das Brett geben und glatt streichen. Das zugespitzte Ende des Bretts an die Wasseroberfläche halten und mit dem Schaber mit raschen Bewegungen kleine Stücke vom Teig direkt in den Wassertopf schaben. Wenn die Spätzle im Laufe des Garprozesses an die Wasseroberfläche kommen, sind sie fertig. Mit einem Schaumlöffel die Spätzle aus dem kochenden Wasser nehmen und in der bereitgestellten Schüssel abtropfen lassen. Die Spätzle in einer Pfanne mit der Butter schwenken.

Für die Röstzwiebeln die Gemüsezwiebel in dünne Scheiben hobeln. Mit dem edelsüßem Paprikapulver und dem Mehl mischen und in einem Sieb das überschüssige Mehl abklopfen. Die Zwiebeln kurz frittieren und anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Salz würzen.

Die Zwiebelsauce vom Herd nehmen und die kalte Butter einrühren, salzen und pfeffern. Den Schwäbischen Zwiebelrostbraten mit Spätzle und gebratenem Chicorée auf Tellern anrichten, mit dem Schnittlauch garnieren und servieren.



## **Leibgericht: „Königsberger Klopse mit Salzkartoffeln und Radieschensalat“ von Angelika Kuschinsky**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für die Klopse:*

250 g	gemischtes Hackfleisch
1	Ei
1	Zwiebel
1	Zitrone
40 g	Margarine
40 g	Mehl
2 EL	Paniermehl
2	Lorbeerblätter
6	Pimentkörner
35 g	Kapern
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Salzkartoffeln:*

200 g	mehligkochende Kartoffeln
2 Zweige	glatte Petersilie
	Salz, aus der Mühle
	weißer Pfeffer, zum Abschmecken

#### *Für den Radieschensalat:*

300 g	Radieschen
1 EL	Tafelessig
1 EL	Sonnenblumenöl
1 Bund	Schnittlauch
½ TL	Zucker
	Salz, aus der Mühle

### **Zubereitung**

In einem Topf gesalzenes Wasser zum Sieden bringen.

Für die Kochklopse das Hackfleisch mit Ei und Paniermehl vermengen. Die Zwiebel abziehen, fein hacken und ebenfalls dazugeben und die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Aus der Masse Klöße formen und für 15 Minuten mit Piment und Lorbeerblättern in dem Wasser gar ziehen lassen. Die Margarine in einem Topf erhitzen, das Mehl darin anschwitzen und mit dem Wasser der Klopse auffüllen bis eine sämige Sauce entsteht. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Die Sauce mit Salz, Zitronensaft und Kapern abschmecken.

Für die Salzkartoffeln die Kartoffeln schälen und in Salzwasser für etwa 15 Minuten gar kochen. Die Petersilie waschen, abzupfen und fein hacken.



Für den Radieschensalat die Radieschen waschen und in dünne Scheiben schneiden. Den Zucker mit Salz, Essig, Öl und einem Esslöffel Wasser verrühren und über die Radieschen geben. Den Schnittlauch waschen und fein schneiden. Den Schnittlauch als Garnitur über den Salat geben.

Die Kartoffeln mit der Petersilie garniert auf Teller geben. Die Sauce daneben verteilen, die Klopse dazu geben und den Salat separat servieren.



## **Leibgericht: „Lammlachs mit gestampften Süßkartoffeln und Weißkraut“ von Christoph Kist**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für den Lammlachs:*

2	Lammlachse à 150 Gramm
2	Knoblauchzehen
150 g	Butter
2 Zweige	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
	Rapsöl, zum Anbraten

#### *Für die Süßkartoffeln:*

4	mittelgroße Süßkartoffeln
2 cm	Ingwer
150 g	Butter
100 ml	Sahne
1 TL	Zimt
1 TL	Sternanis
1	Zitrone
1 Zweig	Rosmarin
1	Muskatnuss
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für das Weißkraut:*

1 Kopf	Weißkraut
100 g	gewürfelter Speck
2	Zwiebeln
100 ml	Sahne
100 g	Zucker
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung**

Den Ofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Für den Süßkartoffelstampf die Süßkartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Dann in Salzwasser für 15 bis 20 Minuten kochen. Anschließend das Wasser abgießen und die Kartoffeln grob stampfen. Die Butter mit der Sahne in einem Topf aufkochen lassen. Sternanis und Zimt dazugeben. Den Rosmarin abzupfen und die Muskatnuss reiben. Den Ingwer schälen und fein reiben. Butter-Sahne-Gemisch mit Rosmarin, Muskat und Ingwer zu dem Stampf geben und grob aufschlagen. Die Zitrone waschen und trocknen. Einen Teil der Zitronenschale zu dem Stampf reiben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Lammlachs in einer Pfanne das Öl erhitzen und die Lammlachse scharf darin anbraten. Den Knoblauch abziehen und andrücken und mit in die Pfanne geben. Thymian und Rosmarin



abzupfen und mit der Butter dazugeben. Anschließend das Fleisch in den Ofen geben und gar ziehen lassen.

Für das Weißkraut die Zwiebel abziehen und fein hacken. Gemeinsam mit dem Speck anbraten und wieder herausnehmen. In einer neuen Pfanne den Zucker karamellisieren lassen. Anschließend das Weißkraut in Streifen hobeln, zugeben und anbraten. Danach die Zwiebeln und den Speck sowie die Sahne zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Süßkartoffeln in einem Vorspeisenring anrichten. Das Weißkraut in der Mitte anrichten und das Fleisch anlegen und servieren.



## **Leibgericht: „Ravioli mit Ricottafüllung und Blattsalat mit Balsamico-Dressing“ von Silke Jachinke**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für den Nudelteig:*

100 g Weizenmehl  
1 Ei  
1 EL Trüffelöl  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für die Raviolifüllung:*

200 g Ricotta  
1 Zitrone  
25 g Parmesan  
25 g Pecorino  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für den Salat:*

100 g gemischter Blattsalat (heller und dunkler Eichblatt)  
10 Blätter Basilikum  
2 EL Balsamico-Essig  
5 EL Olivenöl  
50 g Pinienkerne  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Außerdem:*

30 g Butter  
10 Salbeiblätter

### **Zubereitung**

Für den Nudelteig das Mehl mit einer Mulde auf der Arbeitsfläche anrichten und in die Mulde das Ei, eine Prise Salz sowie das Trüffelöl geben und mit der Hand alle Zutaten nach und nach zu einem Teig verkneten, bis dieser sich locker von den Fingern löst. Den Teig zu einer Kugel formen und in Frischhaltefolie für etwa 20 Minuten in den Kühlschrank zum Ruhen legen. Nach dem Ruhevorgang den Teig aus dem Kühlschrank nehmen, ausrollen und mit der Nudelmaschine Teigblätter herstellen. Die rohen Teigblätter großzügig mit Mehl bestreuen, so dass die restliche Feuchtigkeit dem Teig entzogen wird.

Für den Salat die Pinienkerne rösten, mit dem Basilikum klein hacken und anschließend mit dem Olivenöl und Balsamico-Essig vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Salat waschen, mit einer Salatschleuder trocken schleudern und beiseite stellen.

Für die Raviolifüllung die Zitrone waschen, trocknen und die Schale abreiben. Pecorino und Parmesan reiben. Den Ricotta, die abgeriebene Schale der Zitrone, den Pecorino und den größten Teil des Parmesans mit einer Gabel verrühren. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Für die Ravioli reichlich gesalzenes Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Zwei Nudelteigblätter etwa einen Millimeter dick und zehn Zentimeter breit ausrollen und das erste Teigblatt in das vorab mit Mehl bestäubte Ravioliförmchen einlegen. Dann jeweils einen gehäuften Teelöffel der Füllung in die jeweilige Mulde auf den Teig draufsetzen und das zweite Nudelteigblatt oben auflegen. Anschließend mit einem kleinen Nudelholz solange drüber rollen bis die beiden Nudelteigblätter sich verbunden haben. Die Ravioli aus der Form lösen, in das kochende Salzwasser einlegen und etwa vier Minuten kochen.

Inzwischen eine große Pfanne erhitzen. Die Butter darin zerlassen und die Salbeiblätter knusprig braten. Die Butter soll dabei aufschäumen, aber nicht braun werden.

Währenddessen die Ravioli abseihen und in der Pfanne mit der Salzeibutter vermischen. Die Zitrone halbieren, den Saft auspressen und mit in die Pfanne träufeln.

Die Ravioli auf Tellern anrichten, die Butter darüber verteilen, den Blattsalat daneben setzen, mit dem Dressing garnieren und servieren.





## **Leibgericht: „Hackfleischtopf mit Knoblauchbaguette“ von Michael Jurcionowski**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für den Hackfleischtopf:*

300 g	gemischtes Hack
3	Tomaten
1	grüne Paprika
1	Chilischote
1	Zwiebel
2	Knoblauchzehen
1 TL	Kümmel
1 TL	Chilipulver
1 TL	edelsüßes Paprikapulver
1 TL	Oregano getrocknet
250 g	Kidneybohnen
250 ml	Rinderfond
2 ml	Rotwein
3 EL	Sonnenblumenöl, zum Anbraten
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für das Knoblauchbaguette:*

1	kleines Baguette
2	Knoblauchzehen
25 g	Butter
300 g	Joghurt 3,5 %

### **Zubereitung**

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen, würfeln und in einer Pfanne mit einem Esslöffel Öl fünf Minuten anschwitzen bis sie weich sind. Die Chilischote der Länge nach aufschneiden, von Kernen und Scheidewänden befreien, fein hacken und gemeinsam mit Kümmel und Chilipulver in die Pfanne geben und weitere zwei Minuten dünsten.

Das Hackfleisch in einen Topf mit dem restlichen Öl, Paprikapulver und dem Oregano geben und bei starker Hitze krümelig anbraten. Die Tomaten kreuzweise einschneiden, halbieren und mit siedendem Wasser übergießen. Anschließend Tomaten halbieren, die Kerne heraustrennen, die Haut abziehen und alles fein pürieren. Nun die Masse durch ein Sieb streichen. Anschließend in das Hackfleisch unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rinderfond und Rotwein ebenfalls unter das Hackfleisch rühren. Die Paprika waschen, trocken tupfen, aufschneiden und von Kernen und Scheidewänden befreien. Anschließend würfeln und mit in den Topf mischen. Die angebratene Zwiebel und den Knoblauch ebenfalls untermischen. Alles bei mittlerer Hitze 30 Minuten köcheln lassen und fünf Minuten vor dem Ende die Bohnen dazugeben und mit aufkochen.



Währenddessen in einer Pfanne die Butter erhitzen. Die Knoblauchzehen abziehen und fein schneiden. Das Baguette in Streifen schneiden und in der Pfanne anbraten. Den Knoblauch darüber streuen und kurz mitbraten.

Den Hackfleischtopf auf Tellern anrichten, das Baguette dazugeben und mit Joghurt garniert servieren.



## **Leibgericht: „Asiatischer Rindfleisch-Salat“ von Viktoria Schünemann**

### **Zutaten für zwei Personen**

#### *Für den Rindfleisch-Salat:*

200 g	Rinderfilet
100 g	gemischte Salatblätter
100 g	Cherry Tomaten
60 g	Cashewnüsse
½	Salatgurke
½	rote Zwiebel
2	Frühlingszwiebeln
½ Bund	Koriander
½ Bund	Minze
½ Bund	Thaibasilikum
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

#### *Für das Dressing:*

2	kleine rote Chilischoten
1 EL	frischer Ingwer
1	Limette
1	Knoblauchzehe
2 TL	Sesamöl
1 TL	Palmzucker
1 TL	Fischsauce
1 TL	Sojasauce
	Salz, aus der Mühle
	weißer Pfeffer, zum Abschmecken

#### *Für die Garnitur:*

5	frische Korianderblätter
1	Kaffir-Limettenblatt
1 Beet	asiatische Kresse

### **Zubereitung**

Den Ofen auf 150 Grad Umluft vorheizen.

Für das Dressing die Limette halbieren und den Saft herauspressen. Den Limettensaft mit dem Palmzucker, der Fischsauce, dem Sesamöl und der Sojasauce vermischen. Die Knoblauchzehe abziehen, pressen und in das Dressing geben. Den Ingwer schälen und dazu reiben. Das Rinderfilet waschen und trocken tupfen. In der Hälfte des Dressings das Rinderfilet marinieren. Anschließend das Fleisch in einer Pfanne von beiden Seiten drei bis vier Minuten scharf anbraten und im Ofen für zehn Minuten weitergaren. Danach zehn Minuten ruhen lassen.

Die Tomaten waschen und halbieren. Die Gurke waschen, trocknen und in schmale Streifen schneiden. Die Zwiebel und die Frühlingszwiebeln abziehen und fein schneiden. Die Chilischoten der Länge nach anschneiden, von Kernen und Scheidewänden befreien und fein schneiden. Die



Minze, das Basilikum und den Koriander waschen, trocknen, in schmale Streifen schneiden und alles zum Salat hinzufügen. Die Cashewkerne in der Pfanne anrösten, in einer Moulinette zerhacken und auch zum Salat hinzufügen.

Anschließend das Rinderfilet dünn aufschneiden und mit dem Salat und dem restlichen Dressing vermischen. Den Salat auf Tellern anrichten, mit Koriander, Kaffir-Limettenblatt und Kresse garnieren.