

▪ Die Küchen Schlacht – Menü am 29. August 2018 ▪
 "Das perfekte Steak" mit Nelson Müller



Jan Klose

Rib-Eye-Steak mit Cognac-Sahnesauce, Babyspinat und Süßkartoffelpüree

Zutaten für zwei Personen

Für das Rib-Eye:

2 Rib-Eye-Steaks à 350 g
 2 Knoblauchzehen
 4 Zweige Thymian
 4 Zweige Rosmarin
 40 g Butter
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Steak scharf in einer Grillpfanne anbraten und mit Knoblauch, Rosmarin und Thymian in den Ofen geben und im vorgeheizten Ofen gar ziehen lassen.

Kurz vor dem Servieren in einer Pfanne mit aufgeschäumter Butter schwenken und beim Anrichten mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Sauce:

80 ml Cognac
 200 g Sahne
 1 Schalotte
 50 g Butter
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und in kleine Würfel schneiden. In der Pfanne mit Bratensatz andünsten, etwas Butter hinzufügen und mit Cognac ablöschen. Die Sahne angießen, reduzieren lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Püree:

1 große Süßkartoffel
 1 Zitrone
 100 ml Milch
 100 g Sahne
 80 g Butter
 1 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Süßkartoffel waschen, schälen und klein schneiden. In einem Topf mit reichlich Salzwasser etwa 5 Minuten garen und ausdampfen lassen.

Den Topf zurück auf den Herd stellen, erhitzte Sahne und Milch dazugeben und mit Muskat, Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Die Masse mit einem Schneebesen und Butter zu einem cremigen Püree glatrühren Butter.

Das Püree kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Spinat:

150 g Babyspinat
 1 Knoblauchzehe
 1 Schalotte
 30 g Butter
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken.

Den Babyspinat in einer Pfanne mit aufgeschäumter Butter Knoblauch und Schalotte ca. 10 Minuten im Topf dünsten und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Diana Berger

Gegrilltes Rinderfilet "Hickory Style" mit Rosa-Pfeffer-Butter, Balsamico-Kirschtomaten, Bacon-Chips und Kartoffel-Zucchini-Walnuss-Waffel

Zutaten für zwei Personen

Für das Steak:

2 Scheiben Rinderfilet à 300 g
 2 Knoblauchzehen
 2 EL Ahornsirup
 50 ml Sherry
 2 EL Hickory-Öl
 1 Zweig Rosmarin
 neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 bunter Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Fleisch in einer heißen Grillpfanne zusammen mit Rosmarin und angebrühtem Knoblauch von jeder Seite ca. 3 Minuten anbraten.

Ahornsirup in die Pfanne geben, leicht karamellisieren lassen und mit Sherry ablöschen. Das Fleisch im Ofen 15 Minuten ruhen lassen.

Das Fleisch mit dem Hickory-Öl besprühen, salzen und pfeffern.

Für die Kartoffel-Zucchini-Waffel:

4 mehligkochende Kartoffeln
 2 kleine Zucchini
 100 g Walnuskerne
 1 Ei
 1 EL Stärke
 1 EL Mehl
 1 Muskatnuss, zum Reiben
 neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen, fein reiben und das Wasser mithilfe eines Passiertuchs gut ausdrücken. 1 ½ Zucchini ebenfalls fein reiben und zu den Kartoffeln geben. Walnüsse grob hacken und dazugeben. Die Kartoffelmasse mit einem Ei, Stärke und Mehl binden.

Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Ein Waffeleisen auf mittlere Hitze erhitzen und ölen. Die Masse in das Waffeleisen einfüllen und darin langsam knusprig etwa 8 Minuten ausbacken.

Die übrige Zucchini in etwa ½ cm dicke Scheiben schneiden.

Für die Gemüsebeilage:

16 Kirschtomaten an der Rispe
 2 EL Balsamico-Creme
 6 Zweige Basilikum
 2 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kirschtomaten abwaschen und mit Küchenkrepp trocknen.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Tomaten mit Rispe hineingeben. Etwa 3 Minuten braten, Balsamico-Creme, Salz und Pfeffer dazugeben und die Tomaten darin schwenken.

In einer kleinen Fritteuse mit Öl die Basilikum-Zweige langsam frittieren und knusprig werden lassen. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und salzen.

Für die Butter:

125 g zimmerwarme Butter
 2 EL rosa Pfefferbeeren
 50 g getrocknete gemischte Blüten
 Salz, aus der Mühle

Zimmerwarme Butter salzen, rosa Pfeffer und getrocknete Blüten grob in einem Mörser stoßen und dazugeben.

Mit Salz würzen und auf den Zucchini-Scheiben mit dem Spritzbeutel schöne Blüten spritzen.

Für die Garnitur:

8 Scheiben durchwachsener Bacon

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Bacon dünn auf einem mit Backpapier belegtem Backblech auslegen und knusprig ausbacken. Nach etwa 7 Minuten auf Küchenkrepp abtropfen, auskühlen lassen und zu Chips brechen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Marcel Stadler

Gefülltes T-Bone-Steak mit Petersilien-Chili-Butter, Maisgemüse und Cherrytomaten-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für das Steak:

2 T-Bone-Steaks à 350 g
100 g Gouda
2 Zweige Estragon
2 Zweige Oregano
2 EL Dijonsenf
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die T-Bone-Steaks waschen, trockentupfen und mit einem scharfen Messer eine Tasche einschneiden.

Estragon und Oregano abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken. Gouda auf einer Vierkantreibe reiben und mit Estragon, Oregano und Dijonsenf verrühren. Die Masse in das Steak geben und mit einem Sekt- oder Champagnerkorken verschließen.

Die Steaks rundum mit Salz und Pfeffer würzen und von beiden Seiten für je ca. 7 Minuten anbraten.

Für die Butter:

100 g Butter
½ Limette, davon der Saft
1 TL Cayennepfeffer
1 TL Chilipulver
¼ Bund glatte Petersilie
Salz, aus der Mühle

Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken.

Butter mit etwas Limettensaft, Cayennepfeffer, Chilipulver, gehackter Petersilie und Salz cremig verrühren.

Für den Mais:

2 Maiskolben
Salz, aus der Mühle

Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Den Mais mit der Hälfte der Petersilien-Chili-Butter bestreichen, salzen, in Alufolie wickeln und 20 Minuten im vorgeheizten Ofen garen. Den Mais auspacken und mit einem Stück kalter Butter belegen.

Für den Salat:

10 bunte Cherrytomaten
½ rote Zwiebel
¼ Bund Schnittlauch
1 EL Weinbrandessig
20 ml Apfelessig
1 TL Zucker
20 ml Sonnenblumenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Tomaten waschen und halbieren. Die Zwiebel abziehen, halbieren und fein würfeln. Den Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken.

Aus Brandwein- und Apfelessig, Zucker, Sonnenblumenöl, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette anrühren.

Tomaten, Zwiebeln und Schnittlauch mit der Vinaigrette vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Karin Hennig

Entrecôte mit Kapern-Vinaigrette, Ofengemüse und gebratenen Kartoffelwürfel

Zutaten für zwei Personen

Für das Entrecôte:

2 Scheiben Entrecôte à 300 g
1 EL Rapsöl, zum Anbraten
1 Zweig Rosmarin
1 EL Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 130 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Fleisch in der Grillpfanne mit Butterschmalz und dem Rosmarinweig ca. 1 ½ Minuten von jeder Seite anbraten. Butter hinzugeben und das Fleisch darin kurz schwenken.

Im Ofen 10 Minuten ziehen lassen. Die Kerntemperatur sollte 56 Grad betragen.

Mit Salz und Pfeffer würzen und 5 Minuten ruhen lassen.

Für die Kapern-Vinaigrette:

2 EL kleine Kapern
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
½ Bund Petersilie
1 Zitrone, davon Saft und Schale
70 ml Olivenöl
1 TL braunen Zucker
20 ml Wermut
1 EL geröstete Pinienkerne
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schalotte abziehen, halbieren und fein würfeln. Den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken.

Schalotten, Knoblauch, Petersilie und Zitronenabrieb miteinander verrühren und mit Zucker, Wermut und Olivenöl vermengen.

Kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Pinienkerne zum Schluss obenauf geben.

Für die Kartoffelwürfel:

4 vorw. festkochende Kartoffeln
1 EL Butterschmalz
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden, abwaschen und trockentupfen.

In einer Pfanne mit heißem Butterschmalz langsam knusprig braun braten. Rundum salzen und pfeffern.

Für das Ofengemüse:

½ rote Paprika
½ gelbe Paprika
½ grüne Paprika
½ kleiner grüner Zucchini
3 Zweige Rosmarin

Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Die Paprikaschote halbieren, von Kerngehäuse und Scheidewänden befreien und kleinschneiden. Die Zucchini in 1 cm dicke Scheiben schneiden und würfeln. Paprika und Zucchini mit der Marinade mischen. Auf ein kleines mit Backpapier belegtes Backblech geben und den Rosmarin darauf verteilen.

Etwa 15 Minuten in den Ofen geben, herausnehmen und mit dem Dressing vermischen.

Für die Marinade:

2 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehe
¼ TL edelsüßes Paprikapulver
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Olivenöl mit Knoblauch, Paprikapulver, Salz und Pfeffer cremig verrühren. Die Marinade über dem Ofengemüse verteilen. Das Fleisch in Tranchen aufschneiden und auf einen Teller geben.

Etwas von der Vinaigrette darüber träufeln, die Kartoffelwürfel und das Gemüse dazu anrichten und servieren.

