

**| Die Küchenschlacht - Menü am 25. März. 2015
„Hauptgerichte“ Nelson Müller |**



Hauptgericht: „Iberico Kotelett mit Döppekooche, Apfel-Sauerkraut und Schalotten-Marmelade“ von Tom Mackenroth

Zutaten für zwei Personen

Für das Kotelett:

- 2 Iberico Koteletts à 250 g
- Pflanzenöl, zum Braten
- Salz
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Reibekuchen:

- 5 Kartoffeln, vorwiegend festkochend
- 2 Schalotten
- 150 g Panchetta
- 50 g Junger Gouda
- 2 Eier
- 1 Muskatnuss
- Pflanzenöl, zum Braten
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Apfel-Sauerkraut:

- 150 g Sauerkraut
- 1 Apfel
- 250 ml weißer Süßwein
- Salz, aus der Mühle
- Pfeffer, aus der Mühle

Für die Schalottenmarmelade:

- 2 Schalotten
- 150 g Zucker
- 500 ml trockener Rotwein
- 100 ml Portwein
- Pflanzenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen weiteren Backofen auf 180 Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln waschen, schälen und mit einem Gemüsehobel in nicht zu feine Streifen raspeln. Den Speck würfeln. Die Schalotten abziehen und klein schneiden.



Etwa die Hälfte der Schalotten mit dem Speck in einem Bräter mit Öl anbraten. Die Kartoffelmasse etwas ausdrücken, das aufgefangene Wasser wegschütten, aber die abgesetzte Kartoffelstärke in der Schüssel zurück lassen. Jetzt die Eier und das Speck-Zwiebelgemisch dazugeben, alles miteinander verrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss ordentlich würzen. Anschließend die Masse in den Bräter füllen, indem bereits die Zwiebeln und der Speck ausgelassen wurden. Den Gouda fein reiben, über die Masse geben und im Backofen fertig garen.

Das Kotelett waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne mit etwas Öl scharf anbraten, anschließend salzen, pfeffern und dann im Backofen etwa zehn Minuten weiter garen.

Für das Apfel-Sauerkraut den Apfel halbieren, entkernen, in kleine Stücke schneiden und mit dem Sauerkraut in einem Topf zum Kochen bringen. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem Süßwein ablöschen.

Die übrigen Schalotten mit etwas Öl in einem Topf glasig anschwitzen, mit dem Rot- und Portwein ablöschen und mit Zucker einkochen lassen und anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Kotelett mit dem Apfel-Sauerkraut, dem rheinischen Döppekooche und der Schalottenmarmelade auf Tellern anrichten und servieren.



Hauptgericht: „Hähnchenbrust im Parmesan-Mantel mit Pak-Choi-Risotto und Trüffelcreme“ von Karen Fritzenschaft

Zutaten für zwei Personen

Für den Parmesanmantel:

200 g	würziger Parmesan
100 g	Pinienkerne
250 ml	Sauerrahm
3 EL	Semmelbrösel
50 g	Butter
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Risotto:

250 g	Risottoreis
200 g	Parmesan
2	Pak Choi
10 ml	Trüffelöl
2	Schalotten
1 Bund	glatte Petersilie
200 ml	trockener Weißwein
150 ml	Gemüsefond
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

Für das Hähnchen:

2	Hähnchenbrustfilets à 150 g
50 ml	trockener Weißwein
50 ml	Gemüsefond zum Hähnchen
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Trüffelcreme:

20 ml	Trüffelöl
3 EL	trockener Martini
1 EL	Sushi-Essig
40 ml	Olivenöl
1 EL	Zucker
250 ml	Sahne
	Salz, aus der Mühle
	Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Den Backofen auf 130 Grad Ober-und Unterhitze vorbereiten.

Den Risottoreis in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser gar kochen.

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen.



Das Hähnchenfleisch waschen, trocken tupfen und in der Pfanne von beiden Seiten anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Hähnchenfleisch aus der Pfanne nehmen und in eine feuerfeste Form legen. Den Weißwein, zwei Esslöffel vom Gemüfefond, das Salz, den Pfeffer und den Zucker zu den Filets hinzufügen. Die Form in den Backofen geben und langsam garen lassen.

Währenddessen die Schalotten schälen und klein hacken. Den Pak Choi waschen und klein schneiden. Die Petersilie waschen, trocken tupfen, dann die Blätter abzupfen und klein hacken.

Die Butter in einer Pfanne zerlassen, die Schalotten darin anbraten. Den Pak Choi kurz mitbraten und anschließend mit der Petersilie pürieren und passieren. Den Risottoreis zusammen mit dem pürierten Pak Choi wieder in die Pfanne geben, mit Salz und Pfeffer würzen und langsam mit dem Gemüfefond ablöschen. Dann das Trüffelöl hinzugeben. Unter Rühren den Weißwein dazugeben. Hat das Risotto eine cremige Konsistenz erreicht, den Parmesan darüber reiben und die Butter unterheben.

Die Filets aus dem Backofen entnehmen und den Backofen auf 180 Grad Oberhitze einstellen.

Den Parmesan in eine Rührschüssel reiben. Die Semmelbrösel, den Sauerrahm und die Pinienkerne, sowie Salz, Pfeffer und Butter dazugeben und zu einer Masse verrühren. Die Hähnchenfilets damit bestreichen und im Backofen knusprig braten.

Das Trüffelöl mit Salz und Pfeffer abschmecken und Olivenöl dazugeben. Die Mischung verquirlen und den Sushi-Essig dazugeben. Den Zucker und die Sahne unter Rühren hinzufügen und mit dem Martini abschmecken.

Die Hähnchenbrustfilets zusammen mit dem Pak-Choi-Risotto auf Tellern anrichten, die Trüffelcreme daneben setzen und servieren.



Hauptgericht: „Rinderfilet mit Birnen-Kartoffel-Stampf, Julienne-Gemüse und Schokoladen-Chili-Sauce“ von Hermann Hujo

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

2 Rinderfiletmedaillons à 250 g
40 g Butterschmalz
Steakgewürz, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Schokoladen-Chili-Sauce:

1 milde Chilischote
30 g Zartbitterschokolade, 70 %
2 Schalotten
200 ml trockener Rotwein
100 ml Rinderfond
1 Knoblauchzehe
1 Lorbeerblatt
Butterschmalz, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Birnen-Kartoffel-Stampf:

2 große Kartoffeln, mehligkochend
1 Birne
1 Zitrone
75 g Macadamianüsse
150 ml Birnendirektsaft
50 ml Sahne
2 EL Butter
Muskatnuss
Salz, aus der Mühle
Pfeffer, aus der Mühle

Für das Gemüse:

1 große Karotte
1 grüne Zucchini
1 Pastinake
Butter, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur:

1 Bund glatte Petersilie



Zubereitung

Den Backofen bei 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Für das Rinderfilet das Butterschmalz in einer Pfanne stark erhitzen.

Das Filet waschen, trocken tupfen und in der Pfanne von beiden Seiten scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Steakgewürz würzen und anschließend etwa 30 Minuten im Backofen fertig garen

Für den Kartoffelstampf in einem Topf leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Die Kartoffeln waschen, trocken tupfen, in kleine Würfel schneiden und in dem Topf garen. Die Birne schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Zitrone halbieren und auspressen. Die Birne mit dem Zitronensaft beträufeln, anschließend in Birnensaft etwa acht Minuten köcheln lassen und den Birnensaft komplett einreduzieren lassen.

Die gekochten Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken, mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend etwas von der Muskatnuss darüber reiben. Die Butter und die Sahne unterrühren und die Birnen hinzufügen.

Für die Macadamianüsse eine beschichtete Pfanne ohne Fett erhitzen. Die Nüsse grob hacken und in der Pfanne rösten.

Für die Schokoladen-Chili-Sauce die Schalotten und den Knoblauch abziehen und grob hacken. Die Chili der Länge nach schneiden von Scheidewänden und Kernen befreien und klein hacken. Eine Pfanne mit dem Butterschmalz erhitzen und die Schalotten, den Knoblauch und die Chili darin glasig dünsten. Anschließend die Pfanne mit dem Rotwein ablöschen, das Lorbeerblatt hinein geben, den Rinderfond hinzufügen und einreduzieren lassen. Die Sauce durch ein Haarsieb abseihen und kurz etwas abkühlen lassen. Die Zartbitterschokolade hinzufügen, bis eine Bindung entstanden ist und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Gemüse eine Pfanne mit der Butter erhitzen. Währenddessen die Karotte, die Zucchini und die Pastinake von ihren Enden befreien und schälen. Anschließend aus dem Gemüse feine Julienne schneiden und in der Pfanne mit Butter schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zuletzt das Rinderfilet aus dem Ofen nehmen.

Den Kartoffelstampf auf die Teller geben, die Macadamianüsse darauf verteilen und mit dem Rinderfilet und der Schokoladen-Chili-Sauce sowie dem Gemüse anrichten, mit Petersilie garnieren und servieren.



Hauptgericht: „Lammlachs mit Mango-Chutney und Couscous“ von Eva Minges

Zutaten für zwei Personen

Für den Lammlachs:

- 2 Lammlachse à 200 g
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 Zweig Thymian
- Olivenöl, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Chutney:

- 1 Schalotte
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 Ingwer
- 1 Mango
- ½ Limette
- 1 EL Butter
- 2 EL Weißweinessig
- 2 getrocknete rote Bird-Eye-Chilischoten
- 1 EL brauner Zucker
- 1 Prise Zimtpulver
- 1 Prise Kurkumapulver
- Currypulver, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Couscous:

- 200 g mittelfeiner Instant-Couscous
- 1 Schalotte
- 3 Frühlingszwiebeln
- 1 Zitrone
- 1 Granatapfel
- 50 ml Olivenöl
- 1 EL Butter
- 50 ml Geflügelfond
- 1 EL weißer Balsamicoessig
- 50 g Pistazienkerne (geschält, nicht gesalzen)
- 1 Bund glatte Petersilie
- gemahlener Kreuzkümmel, zum Abschmecken
- gemahlener Kümmel, zum Abschmecken
- Kurkumapulver, zum Abschmecken
- Rosenpaprika, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle



Für die Gurken-Raita:

½	Gurke
½	Limette
100 g	Naturjoghurt
4 Zweige	Minze
	Salz, aus der Mühle
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

In einem Topf den Geflügelfond mit 100 Milliliter Wasser für das Couscous stark erhitzen. Den Backofen auf 80 Grad Warmhaltefunktion stellen.

Für das Couscous die Schalotte abziehen und fein würfeln und mit der Butter in einem Topf anbraten.

Die Zitrone halbieren. Eine Hälfte kann anderweitig verwendet werden. Die Schale der anderen Hälfte abreiben und die Zitrone auspressen. Das Olivenöl mit dem Zitronensaft und dem Couscous vermischen und mit dem heißen Brühwasser übergießen. Flüssigkeit nach und nach zugeben, sodass das Couscous aufquellen kann. Nur so viel Flüssigkeit dazu geben, wie der Couscous aufnehmen kann.

Die Pistazienkerne hacken und unterheben. Den Essig zum Couscous geben und ihn mit dem Kreuzkümmel, dem Kümmel, dem Kurkumapulver, der Rosenpaprika, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Granatapfel halbieren und aus einer Hälfte die Kerne herauslösen. Die andere Hälfte kann anderweitig verwendet werden. Die Petersilie hacken. Die Frühlingszwiebeln putzen und in dünne Ringe schneiden. Die Granatapfelkerne, die Petersilie und die Frühlingszwiebeln zum Couscous geben.

Für das Chutney die Schalotte abziehen und fein würfeln und mit der Butter in einem Topf anbraten. Die Knoblauchzehe abziehen und halbieren. Eine Hälfte durch eine Presse zu den Schalotten geben. Die andere Hälfte kann anderweitig verwendet werden. Die Chilischoten in den Topf geben und am Stück mit braten. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden und ebenfalls mit in den Topf geben. Vom Ingwer zwei Zentimeter abschneiden, schälen, sehr fein hacken und auch mit in den Topf geben. Alles ein wenig einköcheln lassen.

Die Limette halbieren. Eine Hälfte kann für die Gurken-Raita verwendet werden. Die Schale der anderen Hälfte abreiben und die Limette auspressen. Das Chutney mit dem Limettenabrieb und dem Saft abschmecken. Den Zucker und den Weißweinessig dazu geben und das Chutney bei geringer Hitze einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer, dem Currypulver, dem Zimtpulver und dem Kurkumapulver abschmecken.

Die Lammfilets waschen und trocken tupfen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und von allen Seiten scharf in einer Pfanne mit dem Öl, dem Rosmarin und dem Thymian anbraten. Die Lammfilets im Ofen warm stellen.

Für die Gurken-Raita, die Gurke schälen, halbieren und entkernen und in den Joghurt raspeln. Die Minze waschen, trocken tupfen und fein hacken. Die halbe Limette auspressen. Den Joghurt mit der fein gehackten Minze und einem Teelöffel des Limettensafts glattrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Couscous in einem Servierring auf dem Teller anrichten. Das Lammfleisch in Scheiben schneiden, mit dem Chutney und der Gurkenraita auf dem Teller anrichten und sofort servieren.