

2. PLATZ



KÜRBIS TRIFFT LAUCH UND RADIESCHEN

Leon Girrbach
BRLO BRWHOUSE, Berlin

4 Portionen | 30 Minuten (+ 30 Minuten Ruhezeit + 30 Minuten Backzeit) | Gemüsebürste, Stabmixer

ZUBEREITUNG

Dies ist ein ganzheitliches Rezept und soll so wenig Lebensmittelabfälle wie möglich verursachen. Daher werden 1 ganzer Hokkaidokürbis, 2 Lauchstangen und ein Bund Radieschen komplett verwertet und in verschiedenen Variationen zubereitet.

Vorbereitung

Backofen auf 180°C vorheizen. Knoblauch schälen und Chili und Kräuter putzen.

Vorbereitung für den Kürbis

Den Kürbis bürsten, vierteln und von Kernen befreien. Die Kerne säubern, abspülen und auf einem Blech für ca. 20 Minuten im Ofen rösten. Das kleinste Viertel vom Kürbis an einer Käseibe in grobe Streifen reiben (Salat). Das nächste Viertel des Kürbisses schälen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden (für das Püree), dabei die Schalen aufheben. Ein weiteres Viertel mit Schale ebenfalls grob in Scheiben schneiden (für Krokette). Das letzte Viertel vom Kürbis in ca. 1 cm große Würfel schneiden (für das Ragout).

Vorbereitung für den Lauch

Die Lauchstangen abspülen und von der äußersten Schale befreien, diese aufheben. Die Wurzeln und Enden abschneiden, ebenfalls zur Seite legen. Die grünen Spitzen bis ca. 3 cm oberhalb der Aufteilung der Lauchstange abschneiden (für das Kürbisragout). Mit einem weiteren Schnitt ca. 5 cm unterhalb der „Astgabel“ den hellen „Stamm“ vom grünlichen Teil trennen (grüne für Salat und das helle für die „Filets“). Diese werden anschließend wie folgt vorbereitet und geschnitten:

1. Den grünlichen Lauch für den Salat in feine Ringe schneiden und waschen.
2. Das obere grüne Stück für das Ragout würfeln.
3. Die grünen Blattspitzen grob schneiden, blanchieren und zu einem Lauch-Öl verarbeiten (siehe unten).

Vorbereitung für die Radieschen

Radieschen waschen und von den Blättern trennen, dabei die Stängel so knapp wie möglich von der Rübe abschneiden. Das Radieschengrün für das Pesto beiseite legen.

Zubereitung im Ofen

Für das Kürbispüree ca. 50 ml Öl mit dem Knoblauch zu einer Paste mixen. Die geschälten Kürbisscheiben mit 20 g Knoblauchöl und Salz marinieren und auf ein Blech geben. Die ungeschälten Scheiben und Schalen für das Ragout mit gehackten Chili, Öl und Salz marinieren und getrennt vom anderen Kürbis auf das Blech geben.

ZUTATEN

Kürbispüree

¼ Hokkaidokürbis
50 ml Pflanzenöl
Knoblauch
Salz, Pfeffer
ca. 100 g Gemüsebrühe

Lauch-Filets

Unterster Teil des Lauches (siehe Rezept)
Pflanzenöl
Salz

Kürbis-Lauch-Ragout

¼ Hokkaidokürbis
grüner Teil des Lauches (siehe Rezept)
50 g Zucker
50 g frische Kürbiskerne
200 ml Apfelsaft
Chili, Knoblauch, Salz
Pflanzenöl

Kürbiskrokette

¼ Hokkaidokürbis
Hälfte der frischen Kürbiskerne
Petersilie, Salz, Chili
Pflanzenöl + Öl zum Frittieren

Radieschen süß-sauer

1 Bund Radieschen
200 ml Essig
200 ml Wasser
100 g Zucker



FORTSETZUNG

Für die Lauch-„Filets“ den untersten Teil des Lauches (ca. 6 cm) mit etwas Öl und Salz benetzen und auf ein Blech geben. Die Bleche mit dem Kürbis und dem Lauch auf Grillfunktion mit Umluft bei 220°C in den Ofen schieben. Nach 5–8 Minuten vorsichtig einen Drucktest mit dem Lauch durchführen. Bei diesem sollen die äußersten Schichten weich sein, jedoch im Kern noch etwas Struktur haben. Lauch raus nehmen und Kürbis weitere 5–7 Minuten rösten, bis dieser eine bräunliche Farbe annimmt.

Auf dem Herd

Für das Kürbis-Lauch-Ragout in einem mittleren Topf, ca. 50 g Zucker mit 50 g Kürbiskernen karamellisieren. Dann die Kürbiswürfel und die Lauchwürfel einrühren und mit Apfelsaft ablöschen. Etwas Chili und Knoblauch sowie Salz nach Geschmack hinzugeben und bei niedriger Hitze köcheln, sodass die meiste Flüssigkeit reduziert wird. In einem kleinen Topf gesalzenes Wasser aufstellen. Die grünen Lauchspitzen für ca. 1 Minute blanchieren. Einen süß-sauren Sud zum Pickeln in dem Verhältnis 2/2/1 ansetzen (200 ml Wasser / 200 ml Essig / 100 g Zucker) und in einem Topf aufkochen, dann abkühlen lassen. In einer kleinen Pfanne die restlichen Kürbiskerne erneut rösten. Radieschen in dünne Scheiben schneiden.

Mit der Küchenmaschine & Schneidebrett

Für das Kürbispüree 200 g der geschälten und gebackenen Kürbisscheiben mit 50–100 g Gemüsebrühe fein mixen und mit Salz und Knoblauch abschmecken. Für den Salat den geraspelten Kürbis mit 50 g Kürbiskernen, 50 ml süß-sauer-Sud und geschnittene Petersilie und Estragon sowie Öl und Salz mischen.

Währenddessen Radieschenscheiben mit lauwarmem süß-sauer-Sud angießen und anschließend die Lauchringe mit etwas Öl benetzen. Um Vitamine, Nährstoffe sowie Farbe und Konsistenz zu erhalten, ist es wichtig, dass der Fond nicht heiß ist!

Die blanchierten Lauchspitzen ca. 75 g mit 100 ml Öl und Salz 3–4 Minuten zu Lauchöl mixen. Vor der Nutzung das Öl fein absieben. Die Hälfte der Kürbiskerne zu einem „Mehl“ mixen, dann die gegarten, grob geschnittenen Kürbisscheiben und Schalen für die Kroketten grob mixen. Mit dem Kürbiskern „Mehl“ zu einem festen Brei verrühren, mit Petersilie Salz und Chili verfeinern.

Frühlingszwiebel und Schnittlauch fein schneiden und mit dem in Ringe geschnittenen Lauch, etwas Lauch Öl sowie Salz & süß-sauer-Sud zu einem Salat anmachen.

Für das Pesto 50 g Radieschenabschnitte mit 25 g Kürbiskernen und 25 g neutralem Öl und Salz mixen bzw. hacken und zu einem Pesto verarbeiten. Für das Radieschen süß-sauer, die Radieschenscheiben mit 100 g süß-sauer-Sud angießen. Diese Scheiben auf ein Backpapier zu einer sich überlappenden Matte legen und später auf den Kroketten anrichten.

Zum Heiß-Servieren

Die Krokettenmasse in tischtennisballgroße Kugeln (ca. 40 g) formen und diese in Öl bei ungefähr 160°C für ca. 2–3 Minuten goldbraun ausbacken. Die Lauchscheiben scharf anbraten, das Püree in einem Topf heiß rühren, das Kürbis-Lauch-Ragout temperieren und abschmecken, die Kürbissaftreduktion erhitzen und zum Schluss die Lauchfilets im Ofen erwärmen (120°C für 5 Minuten).

Für das Kalte

Die Salate, das Öl und die Radieschen-„Matte“ können kalt bzw. auf Raumtemperatur serviert werden.

Kürbis-Rohkostsalat

¼ Hokkaidokürbis (ca. 150 g)
50 g Kürbiskerne
50 ml süß-sauer-Sud (siehe Rezept)
Petersilie, Estragon, Öl, Salz, Pfeffer

Radieschengrün-Pesto

50 g Radieschengrün
25 g frische Kürbiskerne
25 g neutrales Öl
Salz, Pfeffer

Lauchöl

75 g Lauchspitzen
100 ml Pflanzenöl
Salz

Lauchsalat

Hellgrüner Teil des Lauches
1 Bund Frühlingszwiebeln
Schnittlauch
ca. 1–2 EL Lauch-Öl
ca. 2–3 EL süß-sauer-Sud



2. PLATZ

Leon Girrbach

Von der Schwäbischen Alb bis nach Berlin: Leon konnte in seiner Azubi-Zeit schon viele Eindrücke aus verschiedenen Betrieben sammeln. Dabei stand Nachhaltigkeit immer im Vordergrund und auch in seinem jetzigen Ausbildungsbetrieb, dem BRLO in Berlin, beschäftigt er sich sehr mit planetenfreundlichen Ansätzen wie Zero-Waste und saisonalem Kochen. Für ihn ist klar: hinter jedem Gericht, das auf dem Teller landet, steht ein wohlüberlegtes, gut erarbeitetes Konzept, das nicht nur dem Koch oder der Köchin Freude bringt, sondern auch den Gästen.