

▪ **Die Küchenschlacht "Promi-Woche" – Menü am 09. November 2017** ▪
Warenkorb mit Alfons Schuhbeck



Axel Schulz

In Butter gebratener Bachsaibling mit Petersilienkartoffeln und Zuckermöhren

Zutaten für zwei Personen

- Für den Saibling:** Den Kopf des Saibling kurz hinter den Kiemen mit einem scharfen Messer abtrennen. Gründlich unter fließendem Wasser abwaschen und gründlich mit Küchenkrepp trocken tupfen.
 1 ganzer Bachsaibling, küchenfertig
 1 Bio-Zitrone
 2 Zweige glatte Petersilie
 50 g Butter
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Den Fisch von innen leicht salzen und pfeffern. Die Petersilie vom Stiel zupfen und die Blätter darin verteilen. Die Zitrone abwaschen und halbieren. Eine Hälfte in Scheiben schneiden und den Saibling damit füllen. Den Fisch beiseite stellen.
 Die Butter für den Fisch in einer ausreichend großen Pfanne erhitzen. Den Saibling einlegen und die Hitzezufuhr etwas reduzieren. Ist die Haut des Saiblings knusprig braun, den Fisch wenden. Hat auch die 2. Seite Farbe angenommen, den Garzustand prüfen. Lässt sich die Rückenflosse ohne Widerstand herauslösen, ist der Fisch gar. Aus der Pfanne nehmen und bei ca. 60 Grad in den Ofen geben.
- Für die Petersilienkartoffeln:** Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser bissfest garen. Kochzeit ca. 20 Min.
 400 g festkochende Kartoffeln
 ½ Bund glatte Petersilie
 1 EL Butter
 Salz, aus der Mühle
- Die Kartoffeln herausnehmen und die Petersilie fein hacken. Ein wenig Butter in der Pfanne erhitzen und die Kartoffeln zusammen mit der Petersilie in der Pfanne schwenken. Anschließend leicht salzen und pfeffern.
- Für die Möhren:** Die Möhren schälen, abspülen und in schräge Scheiben oder quer in kleine runde Scheiben schneiden. Den Zucker mit der Butter in einer kleinen Pfanne bräunen. Die Möhrenscheiben zugeben und mit dem Karamell überziehen. Kurz anrösten. Zum Schluss nach Belieben mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.
 150 g Möhren
 1 EL Zucker
 10 g Butter
 1 TL Zitronensaft
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Den in Butter gebratenen Bachsaibling mit Petersilienkartoffeln und Zuckermöhren auf Tellern anrichten und servieren.



Fernanda Brandao

Im Ofen gegarter Kräuter-Saibling mit Rote-Bete-Apfel-Salat und Kartoffel-Sellerie-Stampf

Zutaten für zwei Personen

Für den Kräuter-Saibling: Den Grill vorheizen.

- 1 Bachsaibling Die Kräuter abbrausen, trockenwedeln und hacken. Die Zitrone waschen, abtrocknen und reiben. Die Zitrone halbieren, in dünne Scheiben schneiden und diese halbieren. Die gehackten Kräuter mit Zitronenschale und Chili mischen.
 - ½ Zitrone
 - 3-4 EL weiche Butter Die Alufolie mit Butter bestreichen. Den Fisch waschen, trocken tupfen und auf jeder Seite 3- bis 4-mal schräg einschneiden. Von Innen und Außen salzen, pfeffern und mit der Chili-Kräuter-Mischung einreiben. Die Bauchhöhle des Fisches mit den übrigen Kräutern, Zitrone und Chili füllen und auf die Alufolie legen. Die Butter in Flöckchen auf dem Fisch verteilen und die Folie über dem Fisch gut verschließen.
 - 7 Kräuter (*Borretsch, Kerbel, Kresse, Petersilie, Pimpinelle, Sauerampfer, Schnittlauch*)
 - Chili, aus der Mühle
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer
- Den Fisch bei mittlerer Hitze von jeder Seite für 5 – 7 Minuten grillen. Das Päckchen öffnen und eine Garprobe machen und die restliche Chili-Kräuter-Mischung über den Fisch geben.

- Für den Rote Bete-Apfel-Salat:** Die Rote Bete waschen, trocken tupfen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Apfel schälen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und ebenfalls fein würfeln. Rote Bete und Apfel in eine Schüssel geben und mit Essig, Öl, Salz und Pfeffer würzen. Sahne und Sahnemerrettich unterheben.
- 1 Knolle Rote Bete
 - 1 Apfel
 - 1 TL Sahne
 - Sahnemerrettich
 - Weißweinessig
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

- Für das Kartoffel-Sellerie-Stampf:** Die Kartoffeln und den Knollensellerie waschen, schälen und in etwa 1,5 cm große Würfel schneiden. Die Kartoffeln und den Sellerie in einem Topf mit Dämpfeinsatz für ca. 15 – 20 Minuten garen. Herausnehmen, in eine Rührschüssel geben und mit einem Kartoffelstampfer stampfen. Butter und Milch unterheben und mit geriebener Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken.
- 150 g Kartoffeln
 - 200 g Knollensellerie
 - 2 EL Butter
 - 150 ml Milch
 - 1 Muskatnuss, zum Reiben
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den im Ofen gegarten Kräuter-Saibling mit Rote-Bete-Apfel-Salat und Kartoffel-Sellerie-Stampf auf Tellern anrichten und servieren.



Raul Richter

Tatar vom Bachsaibling mit Rote-Bete-Carpaccio und Pumpernickel-Mandel-Crunch

Zutaten für zwei Personen

- Für das Tatar vom Bachsaibling:** Eine Limette heiß waschen, trocknen und mit einem Zestenreißer Zesten abziehen. Diese in eine kleine Schüssel geben und mit 2 EL Olivenöl vermischen. Die Limette anschließend halbieren und den Saft auspressen. Mit in die Schüssel geben und alles mit etwas Zucker verrühren.
- 300 g Bachsaiblingsfilet (ohne Haut und Gräten)
 - 1 Limette
 - 1 Apfel
 - 2 EL Olivenöl
 - 1 Prise Zucker
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Das Saiblingsfilet waschen, trocken tupfen sehr fein würfeln. Den Apfel waschen, vierteln, entkernen und die Viertel ebenfalls in sehr kleine Würfel schneiden.
- Das Saiblingstatar und die Apfelwürfel in der Schüssel mit dem Öl und der Limette vermengen und anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.
- Für das Rote-Bete-Carpaccio:** Die Rote Bete waschen, trocken tupfen und in dünne Scheiben schneiden. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Die Limette halbieren und auspressen. Den Saft zusammen mit Olivenöl, Petersilie, Salz und Pfeffer in einer Schüssel vermengen und die Rote Bete darin marinieren. Den Ziegenkäse grob über das Carpaccio Bröseln und mit Fleur de Sel garnieren.
- 1 Knolle vorgegarte Rote Bete
 - 1 Limette
 - ½ Rolle Ziegenkäse
 - ½ Bund Petersilie
 - Olivenöl
 - Fleur de Sel
 - Salz, aus der Mühle
 - Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für den Pumpernickel-Mandel-Crunch:** Das Pumpernickel und die Mandeln in der Moulinette hacken und in einer Pfanne mit Butter anbraten.
- Pumpernickel
 - Butter
 - Mandeln
- Tatar vom Bachsaibling mit Rote-Bete-Carpaccio und Pumpernickel-Mandel-Crunch auf Tellern anrichten und servieren.