

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 08. Mai 2020 ▪
„Warenkorb: Saibling, Kohlrabi, Bärlauch“ mit Nelson Müller



Karlheinz Hauser

Saiblingsfilet auf Rahm-Kohlrabi mit Bärlauch-Weißwein-Schaum

Zutaten für zwei Personen

Für den Saibling:

1 Saiblingsfilet, ohne Haut
1 Granatapfel
1 Limette
1 Orange
3 EL Butter
1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Saiblingsfilets waschen und trockentupfen. Filets in zwei Portionen teilen. In einer Pfanne mit Butter langsam anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und mit in die Pfanne geben. Flüssige Butter aus der Pfanne mit einem Löffel über die Filets träufeln. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Limette und Orange filetieren. Granatapfel halbieren und etwa 100 g Granatapfelkerne auslösen. Limetten- und Orangenfilets sowie Granatapfelkerne zum Fisch in die Pfanne zugeben und leicht erwärmen. Fisch kurz vor dem Servieren einmal umdrehen.

Für den Rahm-Kohlrabi:

500 g Kohlrabi
4 Schalotten
200 ml Sauerrahm
100 ml Sahne
3 EL Butter
1 Zweig Bärlauch
50 g Schnittlauch
Eiswasser

Kohlrabi schälen, ca. 1/3 in feine Streifen schneiden und diese in Eiswasser legen. Bärlauch abbrausen, trockenwedeln und mit ins Eiswasser geben. Ca. 30 Minuten ziehen lassen. Die feinen Streifen für die Garnitur zurücklegen. Aus restlichem Kohlrabi mit einem Spiralschneider Gemüsenudeln herstellen.

Schalotten abziehen und in feine Würfel schneiden. Schalotten in einem Topf mit Butter anschwitzen und die Kohlrabinudeln dazugeben. Sahne angießen und ca. 10 Minuten köcheln lassen, bis der Kohlrabi noch schön bissfest ist. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und hacken. Kohlrabi zum Schluss mit Sauerrahm und Schnittlauch vollenden.

Für den Bärlauch-Weißwein-Schaum:

200 g frischer Bärlauch
100 g Schalotten
1 Zitrone
100 ml Sahne
75 g Sauerrahm
75 g Crème fraîche
30 g Butter
250 ml Weißwein
250 ml Gemüsefond
2 Zweige Thymian
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Thymian abbrausen, trockenwedeln und kleinhacken. Schalotten abziehen, in kleine Würfel schneiden und in etwas Butter anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und völlig einkochen lassen. Mit Gemüsefond aufgießen und um die Hälfte reduzieren lassen. Mit Hilfe eines Stabmixers kräftig durchmischen und dabei die Butter in kleinen Stücken hinzugeben. Thymian dazugeben. Sauerrahm, Crème fraîche und Sahne angießen und kurz kochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Je nach Säuregehalt des Weines mit Zitronensaft abrunden. Bärlauch abbrausen, trockenwedeln und hacken. Zum Schluss den frischen Bärlauch mit einem Stabmixer untermixen und Sauce aufschäumen.

Für die Garnitur: Radieschen waschen, trocknen und in ganz feine Spalten schneiden. Mit 10 Radieschen ins Eiswasser zum Kohlrabi und Bärlauch legen. Bärlauch abbrausen, 2 Blätter Bärlauch trockenwedeln und fein schneiden.

Rahm-Kohlrabi auf tiefen Tellern anrichten und die Saiblingsfilets darauf geben. Die erwärmten Limetten- und Orangenfilets und Granatapfelkerne mit den feinen Kohlrabi-Streifen dazugeben. Mit Radieschen-Spalten und Bärlauch garnieren. Mit dem Bärlauch-Weißwein-Schaum vollenden und zusammen servieren.



Thomas Martin

Warmes Saiblingsfilet mit Beurre blanc, Kohlrabi und Bärlauch-Pesto

Zutaten für zwei Personen

Für das Saiblingsfilet:

1 Saiblingsfilet, mit Haut
1 Zitrone
100 g Butter
100 ml Weißwein
100 ml Gemüsefond
2 frische Lorbeerblätter
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Grillfunktion vorheizen.

Saibling filetieren, entgräten, waschen und trockentupfen. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Saibling mit etwas Zitronensaft, Weißwein, Gemüsefond, Lorbeerblättern, Butter und etwas Salz in einer Pfanne bei schwacher Hitze garziehen lassen. Fisch mit der Hautseite nach oben kurz in den vorgeheizten Ofen geben. Herausnehmen, die Haut abziehen und salzen.



**PROFI
TIPP**

Wenn Sie die Fischhaut erst nach dem Garen und kurz vor dem Servieren abziehen, bleibt der Fisch schön saftig.

Für die Beurre blanc:

150 g Schalotten
1 Zitrone
200 g kalte Butter
150 ml Weißwein
Weißer Balsamicoessig, zum
Abschmecken
Salz, aus der Mühle

Schalotten abziehen und fein würfeln. Zitrone halbieren, auspressen und etwas Saft auffangen. Schalotten mit Weißwein und Zucker einkochen und langsam nach und nach die kalten Butterwürfel mit dem Stabmixer einarbeiten. Mit Salz, weißem Balsamico und etwas Zitronensaft abschmecken. Schließlich durch ein feines Sieb passieren.

Für den Kohlrabi:

1 Kohlrabi
20 g Butter
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle

Kohlrabi schälen und in Streifen schneiden. Mit Butter und etwas Wasser in einem Topf glasieren und leicht salzen. Muskatnuss reiben und Kohlrabi mit Muskat abschmecken.

Für den Bärlauch:

1 Bund Bärlauch
1 EL Kürbiskerne
1 EL geriebener Parmesan
100 ml Olivenöl

Bärlauch waschen, kurz blanchieren und abtropfen lassen. Parmesan reiben. Bärlauch mit Parmesan, Kürbiskernen und Olivenöl zu einem flüssigen Pesto verarbeiten.

Für den Kräutersalat:

1 Zweig glatte Petersilie
1 Zweig Dill
1 Spritzer Weißweinessig
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Petersilie und Dill abbrausen, trockenwedeln und Blätter zerzupfen. Mit etwas Öl und einem Spritzer Weißweinessig marinieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Kohlrabigemüse auf zwei flache Teller verteilen, die Filets daraufsetzen und mit Beurre Blanc umgießen. Die Filets mit dem Pesto übergießen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Christoph Ruffer

Saiblingsfilet mit Bärlauch-Radieschen-Gemüse, Kohlrabi-Schaum und Tatar-Knusperrollchen

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

2 Saiblingsfilets à 300 g, ohne Haut
1 Zitrone
1 Orange
1 EL Butter
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Einen Backofen auf 60 Grad Umluft vorheizen, einen weiteren Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Saiblingsfilets waschen, trockentupfen und von möglichen Gräten befreien. Zwei schöne Tranchen schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und auf ein kleines Blech legen. Die restlichen Fischabschnitte für das Tatar beiseitelegen. Saiblingsfilets mit Olivenöl beträufeln und jeweils eine Flocke Butter über die Filets geben. Mit Klarsichtfolie abdecken und im vorgeheizten Ofen (60 Grad) für ca. 20 Minuten sanft garen. Aus dem Ofen nehmen. Zitrone und Orange unter heißem Wasser abspülen, trockentupfen und die Schale abreiben. Fisch mit Zitronen- und Orangenabrieb, Salz und Pfeffer würzen.

Für die Knusperrollchen:

2 Blätter Strudelteig
2 EL Butter
1 kleines Stück Ingwer
2 Zweige Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einen Topf geben und zerlassen. Ingwer waschen, trockentupfen und reiben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Aus den restlichen Saiblings-Abschnitten (von oben) ein Tatar schneiden und mit geriebenen Ingwer und gehackter Petersilie vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Strudelteig in zwei längliche Bahnen schneiden, mit flüssiger Butter bepinseln, Bahnen übereinanderlegen und um ein Metallrohr wickeln. Im vorgeheizten Ofen (180 Grad) für 8 Minuten knusprige Röllchen backen. Saiblingstatar in die ausgekühlten Röllchen füllen. Kurz vor dem Servieren mit flüssiger Butter einpinseln, damit die Röllchen schön glänzen.

Für das Gemüse:

1 Bund Radieschen
½ Kohlrabi
1 Orange
1 Limette
1 Schalotte
2 EL Butter
¼ Bund Bärlauch
1 Prise Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Bärlauch abbrausen, trockenwedeln und in feine Streifen schneiden.

Radieschen waschen, trockentupfen und vierteln. Radieschen fein hobeln. Schalotte abziehen, in Streifen schneiden und in einer Pfanne mit 1 Esslöffel Butter sautieren. Radieschen und Zucker zugeben und leicht karamellisieren lassen. Orange und Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Radieschen mit Orangen- und Limettensaft abschmecken und bei schwacher Hitze weich schmoren. Zum Schluss geschnittenen Bärlauch zufügen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Kohlrabi schälen, in dünne Scheiben hobeln und mit einem runden Ausstecher Kreise ausstechen. In Salzwasser blanchieren, dann in restlicher Butter glasieren.

Für den Schaum: Schalotten abziehen und in Streifen schneiden. Kohlrabi schälen und grob würfeln. Beides in einem Topf mit Butter für 3 Minuten anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und mit etwas Wasser auffüllen. Alles einkochen lassen und Sahne hinzugeben. Nochmals reduzieren und die Kohlrabi-Sauce mit dem Pürierstab ganz fein mixen. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Sauce durch ein feines Sieb passieren und mit Salz, Pfeffer und etwas Limettensaft abschmecken. Sauce mit dem Pürierstab schaumig aufmixen. Sollte die Sauce zu dünn sein, mit etwas Maisstärke binden. Sollte sie zu dick gelingen, dann mit etwas Wasser verdünnen. Sie sollte am Ende schön cremig und schaumig sein.

Für die Garnitur: Bärlauch abbrausen, trockenwedeln und kleine Kreise mit Hilfe des Metallrohrs von den Knusperröllchen ausstechen. Bärlauch-Kreise leicht durch das Fett in der Fisch-Pfanne ziehen und Gericht damit garnieren.

Das Gemüse auf Tellern anrichten. Das gegarte Saiblingsfilet zusammen mit dem Tatarröllchen anlegen und mit dem Kohlrabi-Schaum vervollständigen und servieren.

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 08. Mai 2020 ▪
Zusatzgericht von Nelson Müller



Ceviche vom Saibling mit Nussbutter, marinierten Radieschen und geröstetem Mais

Zutaten für zwei Personen

Für die Marinade:
2 Limetten
1 Chilischote
200 g Butter
1 cm Ingwer
2 TL Sojasauce
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Butter in einem Topf schmelzen und bei mittlerer Hitze Nussbutter herstellen. Ingwer schälen und kleinschneiden. Chilischote der Länge nach aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und ebenfalls kleinschneiden. Limetten waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Limetten halbieren, auspressen und Saft auffangen. In einer Schüssel Chili, 1 Teelöffel Sojasauce und Ingwer mit dem Abrieb und dem Saft der Limetten verrühren. 3-4 Esslöffel Nussbutter einrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Restliche Nussbutter mit 1 Esslöffel Sojasauce vermengen.

Für den Fisch:
150 g Saiblingsfilet, ohne Haut

Saibling waschen, trockentupfen, in ca. 2 cm große Würfel schneiden und mit der zuvor hergestellten Marinade vermengen. Für etwa 5 Minuten marinieren.

Für den Maiskolben:
1 vorgegartener Maiskolben
50 g Schmand
50 g frischer Koriander
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Maiskolben vom Strunk trennen und in 5 cm Stücke schneiden, außerdem einige Maiskörner ablösen. Die portionierten Maisstücke mit einem Bunsenbrenner abflämmen und mit Salz und Pfeffer würzen. Maiskörner in einer Pfanne in Öl anrösten und mit Salz und Pfeffer würzen. Koriander abrausen, trockenwedeln und fein schneiden und mit dem Schmand vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnitur:
1 Bund Radieschen
20 ml Balsamico Essig
40 ml Olivenöl
1 Zweig Koriander
Eiswasser

Radieschen waschen, trockentupfen und in feine Scheiben hobeln. In Eiswasser ziehen lassen, dann mit Essig und Öl marinieren. Koriander abrausen, trockenwedeln und Blättchen abzupfen. Gericht damit garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit restlicher Nussbutter beträufeln und servieren.