

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 12. November 2020 ▪  
Warenkorb „Bachsaibling, Meerrettich, Apfel“ mit Alexander Kumptner

**3 Pflichtzutaten:**

1 Bachsaibling, im Ganzen, küchenfertig  
Stange Meerrettich  
Apfel, Granny Smith

**Zusätzlicher Warenkorb:**

Fenchel  
Hokkaido-Kürbis  
Salatgurke  
Apfelessig  
Buttermilch  
Estragon, frisch

**Basics**

|            |                    |                                 |
|------------|--------------------|---------------------------------|
| Eier       | Sahne              | Milch                           |
| Butter     | Mehl               | Stärke                          |
| Schalotten | weiße Zwiebeln     | rote Zwiebeln                   |
| Ingwer     | Knoblauch          | Zitrone   Limette   Orange      |
| Rotwein    | Weißwein           | Weißweinessig                   |
| Honig      | Senf               | Gemüse-, Fleisch- und Fischfond |
| Olivenöl   | neutrales Öl       | Parmesan                        |
| Muskatnuss | Lorbeer            | Thymian                         |
| Rosmarin   | Petersilie (glatt) | Chili (aus der Mühle)           |
| Zucker     | Salz               | Schwarzer Pfeffer               |
| Backpulver | Paniermehl         | Butterschmalz                   |
| Eiswasser  |                    |                                 |



Katharina Ley

## Knuspriger Bachsaibling mit Apfel-Fenchel-Salat und Meerrettich-Hollandaise

Zutaten für zwei Personen

### Für den Bachsaibling:

1 ganzer Bachsaibling, küchenfertig  
 1 Zitrone  
 1 Bund frischen Estragon  
 Mehl, zum Bestäuben  
 Butterschmalz, zum Braten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Saibling gründlich unter fließendem Wasser abwaschen und trockentupfen.

Fisch filetieren und die Filets mit Salz und Pfeffer würzen, die Hautseite leicht mit Mehl bestäuben.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Filets auf der Hautseite einlegen und die Hitzezufuhr etwas reduzieren. Wenn die Haut knusprig geworden ist und der Fisch auch von oben gar wirkt kurz wenden, dann direkt anrichten.

### Für den Salat:

1 Fenchel  
 1 Apfel  
 1 Orange  
 50 ml Buttermilch  
 1 TL mittelscharfer Senf  
 30 ml Apfelessig  
 1 Prise Zucker  
 4 Zweige Estragon  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fenchel und Apfel schälen, in feine Streifen raspeln, Orange filetieren.

Estragon abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Dressing aus Buttermilch, Senf, Apfelessig und Estragon anrühren, mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken. Salat mischen und restliche Zeit ziehen lassen.

### Für die Hollandaise:

1 EL frischer Meerrettich  
 1 EL Zitronensaft  
 150 g Butter  
 3 Eier, Eigelb  
 100 ml Sahne  
 1 EL Weißwein  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Eier trennen. Meerrettich fein reiben. Butter schmelzen. In einer Metallschüssel über dem Wasserbad Eigelb mit Zitronensaft und Weißwein verrühren und die flüssige Butter langsam hinzugeben.

Mit Meerrettich, Salz und Pfeffer abschmecken. Wenn nötig mit etwas Sahne verfeinern. Vor dem Servieren durchsieben.

Bachsaibling mit einer Scheibe Zitrone und etwas frischen Kräutern garnieren, und auf einem Bett aus Fenchelsalat drapieren. Hollandaise darum herum geben und servieren.



Karl-Heinz Franzke

## Gebratenes Saiblingsfilet mit Estragon-Sahnesauce, Kürbis-Ofengemüse und Salat aus Gurke, Fenchel und Apfel mit Meerrettich-Sahne-Dressing

Zutaten für zwei Personen

### Für den Fisch:

1 ganzer Bachsaibling, küchenfertig  
Paniermehl  
Butter, zum Braten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Bachsaibling filetieren, abbrausen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Hautseite mit Paniermehl mehlieren und langsam in Butter ca. 4 Minuten bei mittlerer Hitze braten.

### Für die Sauce:

1 Zitrone  
200 ml Sahne  
200 ml Weißwein  
4 Zweige Estragon  
Zucker, zum Abschmecken  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fisch aus der Pfanne nehmen und beiseitelegen.

Estragon abbrausen, trockenwedeln und feinschneiden. Bratenfond mit Weißwein lösen, Zitronenabrieb, Estragon, und Sahne dazugeben und reduzieren lassen. Abseihen, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und mit einem Stabmixer aufschäumen.

### Für das Gemüse:

1 Hokkaido-Kürbis  
2 rote Zwiebeln  
1 Orange  
1 Zitrone  
200 ml Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kürbis in 2-3cm breite Spalten schneiden. Rote Zwiebel abziehen und in Spalten schneiden. Alles auf ein Backpapier auf einem Backblech legen. Mit Orangen-/Zitronensaft, Olivenöl und Gewürzen verfeinern und im Ofen garen.

### Für den Salat:

1 Salatgurke  
1 Fenchel  
1 Stück Meerrettich  
1 Granny Smith Apfel  
1 Zitrone  
200 ml Sahne  
50 ml weißer Balsamico  
200 ml Olivenöl  
Zucker, zum Abschmecken  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Apfel, Gurke und Fenchel waschen, trockentupfen, schälen, Apfel mit Zitronensaft beträufeln und alles in kleine Würfel schneiden. In Streifen nebeneinander anrichten. Dressing aus Meerrettich, Sahne, Olivenöl, weißem Balsamico, Zucker, Salz und Pfeffer anrühren und über den Salat träufeln. Frischen Meerrettich über das Gericht reiben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Paula Bründl

## Ceviche vom Saibling auf Kürbiscreme mit Apfel- Meerrettich-Sorbet

Zutaten für zwei Personen

### Für das Ceviche:

1 ganzer Bachsaibling, küchenfertig  
 ½ Salatgurke  
 ½ Fenchel  
 ½ Zwiebel  
 ½ Granny Smith Apfel  
 1 Orange  
 4 Limetten  
 4 Zitronen  
 1 Schuss Apfelessig  
 1 EL Zucker  
 Chili, aus der Mühle  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zuerst den Fisch filetieren, in ca. 1,5 cm große Stücke schneiden und kaltstellen. Zwiebeln abziehen, in Ringe schneiden und kurz für ca. 1 Minute in heißes Wasser geben, anschließend mit kaltem Wasser abschrecken. Gurke und Apfel waschen und in feine Würfel schneiden. Fenchel in kleine Scheiben schneiden und Orangen filetieren und ebenfalls kleinschneiden. Alles in eine Schüssel geben, Zitronen und Limetten auspressen und etwas Zeste hinzugeben. Mit Essig, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken und nach Belieben Chili hinzugeben. 5-10 Minuten vor dem Anrichten die Fischstücke in die Marinade geben.

### Für die Kürbiscreme:

½ Hokkaido-Kürbis  
 ½ Zwiebel  
 1 Knoblauchzehe  
 1 Zitrone, Saft  
 100 ml Sahne  
 3 EL Butter  
 200 ml Gemüsefond  
 1 EL Zucker  
 Olivenöl, zum Braten  
 Chili, aus der Mühle  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen, würfeln und in einem Topf mit etwas Olivenöl glasig anschwitzen. Kürbis in Würfel schneiden, dazugeben und kurz mitrösten. Knoblauch abziehen, hinzugeben und alles mit dem Fond aufgießen. Ca. 15 Minuten oder bis der Kürbis weich ist köcheln lassen. Anschließend die Flüssigkeit abseihen und den Kürbis pürieren. Butter, Sahne und Zucker hinzugeben, verrühren und mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken.

### Für das Sorbet:

1 kleines Stück Meerrettich  
 2 Granny Smith Äpfel  
 1 Zitrone  
 2 EL Zucker

Äpfel waschen, halbieren und in den Entsafter geben. Meerrettich schälen und kleinschneiden. Apfelsaft mit 100 ml Wasser und Zucker aufkochen und zusammen mit Zitronensaft und geriebenem Meerrettich in die Eismaschine füllen.

### Für die Garnitur:

½ Salatgurke  
 Weißer Balsamicoessig  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gurke schälen, in feine Streifen schneiden und mit Essig, Öl, Salz und Pfeffer marinieren. Anschließend fein aufrollen. Zuerst einen Ring mit dem Kürbispüree auf dem Teller anrichten, der die Marinade des Ceviche in sich behalten sollte. Auf die Kürbiscreme die Gurkenröllchen stellen. In die Mitte des Rings das Ceviche anrichten und darauf eine Nocke des Sorbets geben und servieren.

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 12. November 2020 ▪  
Zusatzgericht von Alexander Kumptner



**Tatar vom Bachsaibling im Buttermilch-Sud mit Apfel-Gurkenragout und Estragon-Öl**

Zutaten für zwei Personen

**Für das Tatar:**  
1 Saibling, im Ganzen  
Etwas frischer Meerrettich  
1 Zitrone  
2 EL Olivenöl  
2 Zweige Estragon  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Saibling von allen Gräten, sowie Haut entfernen und in feine Würfel schneiden. Estragon abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Fisch mit Salz, Pfeffer, Estragon, geriebenem Meerrettich, Zitronenabrieb und Zitronensaft sowie dem Olivenöl marinieren.



Beim Kauf von **Saibling** sollten Sie darauf achten, dass der Fisch aus nachhaltiger Fischerei stammt. WWF empfiehlt insbesondere Produkte, die mit einem **Bio Label (Aquakultur)** sowie mit dem **ASC Label (Aquakultur)** gekennzeichnet sind. Empfehlenswert sind Fische, die aus Europa und der Schweiz stammen und in Kreislaufanlagen gezüchtet werden, außerdem Fische aus Island, die aus Teichanlagen und Durchflussanlagen stammen.

**Für den Sud:**  
50 ml Buttermilch  
150 ml weißes Tomatenwasser  
1 Spritzer Tomatenessig  
1 Msp. Xanthan

Tomatenwasser mit der Buttermilch sowie etwas Tomatenessig abschmecken und mit einer Messerspitze Xanthan leicht abbinden.

**Für das Apfel-Gurkenragout:**  
1 Apfel  
½ Salatgurke  
2 EL weißer Balsamico Essig  
2 EL Olivenöl

Apfel sowie Gurke in ganz kleine Würfel schneiden und mit Essig und Öl abmarinieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**Für die Avocadocreme:**  
1 reife Avocado  
Weißer Balsamicoessig  
Zucker, zum Abschmecken  
Salz, aus der Mühle

Avocado schälen und vom Kern befreien. Zusammen mit Balsamico, Zucker und Salz pürieren.

**Für das Öl:** Estragon abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Öl mit dem fein gehackten Estragon auf 104 Grad erhitzen für ca. 20 Sekunden.  
100 g neutrales Öl  
100 g frischer Estragon  
Eiswasser

Das Tartar in einem tiefen Teller in einem Ring anrichten. Darauf das Apfel-Gurkenragout verteilen, zum Schluss den Buttermilch-Sud mit dem Öl verrühren, sodass es nicht emulgiert und um das Tartar gießen und servieren.