

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 05. März 2024 ▪
Vorspeise mit Cornelia Poletto



Jens Scheffler

Konfiertes Saibling mit Buttermilch-Sud, Zuckerschoten, Apfel, Selleriepüree und Estragon-Öl

Zutaten für zwei Personen

Für den konfierten Saibling:

2 Saiblingsfilets à 150 g, mit Haut
1 Zitrone, Frucht
2 Zweige Thymian
2 Zweige Dill
750 ml Olivenöl
½ TL Salt flakes

Den Backofen auf 75 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform hineinstellen, damit sie warm wird.

Olivenöl in einen Topf geben und auf 60 Grad erhitzen. Zitrone heiß abwaschen und in Scheiben schneiden.

Fischfilets nebeneinander in die vorgeheizte Auflaufform legen und mit jeweils zwei Zitronenscheiben und Thymian belegen. Warmes Olivenöl angießen, bis die Filets bedeckt sind. Im vorgeheizten Ofen etwa 10 Minuten glasig garen, dann Haut abziehen und von beiden Seiten mit Salt flakes und gehacktem Dill würzen.

Für das Selleriepüree:

500 g Knollensellerie
1 mehligkochende Kartoffel
1 Zitrone, Saft
50 ml Sahne
3 EL Butter
1 L Geflügelfond
1 Prise Cayennepfeffer
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Sellerie und Kartoffel schälen und würfeln. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Sellerie- und Kartoffelwürfel in einem Topf mit Fond bedecken, mit Salz und etwas Zitronensaft würzen und weichkochen. Kochwasser gut zur Hälfte abgießen und Sellerie mit der restlichen Flüssigkeit sowie der Sahne und Butter fein pürieren. Anschließend durch ein Sieb streichen. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Cayennepfeffer abschmecken.

Für den Buttermilch-Sud:

150 ml Buttermilch
50 g Butter
1 EL Ahornsirup
2 EL Holunderblütensirup
2 Zweige Minze
2 Zweige Estragon
1 Msp. Lecithin
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einem Topf zerlassen, bis sie schaumig ist. Dann durch ein Passiertuch zurück in den Topf geben. Buttermilch bei milder Hitze einrühren. Mit Ahornsirup, Holunderblütensirup, Salz und Pfeffer würzen, dann Kräuter hineingeben. Weiter simmern lassen. Kräuter vor dem Anrichten herausnehmen. Lecithin einrühren und mit einem Stabmixer kurz aufmixen.

Für die Zuckerschoten:

10 Zuckerschoten
1 Stange Staudensellerie
½ Granny Smith Apfel
1 EL Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Apfel schälen, vom Kerngehäuse befreien und in kleine Würfel schneiden. Zuckerschoten in feine Streifen schneiden. Fäden vom Sellerie ziehen und Sellerie in feine Stücke schneiden. Butter in einer Pfanne aufschäumen, dann Zuckerschoten und Sellerie darin anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend aus der Pfanne nehmen und mit Apfel mischen.

Für das Estragon-Öl: Estragon abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Öl mit gehacktem Estragon für 6 Minuten auf 60 Grad erhitzen. Erdnussöl hinzugeben. 100 ml neutrales Pflanzenöl Anschließend pürieren und durch ein Passiertuch oder feines Sieb abtropfen lassen. Auf Eiswasser abkühlen. 1 EL Erdnussöl

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF empfiehlt es sich **Saibling** aus folgenden Fanggebieten zu kaufen (Stand Februar 2024):

- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Europa, Aquakultur: Kreislaufanlagen
- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Island, Aquakultur: Durchflussanlagen
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Europa, Aquakultur: Teichanlagen