

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 23. März 2021** ▪  
**Vorspeise mit Johann Lafer**



Karl Braun

**Pinkfarbenes Forellentatar mit Rote-Bete-Carpaccio und Rösti**

Zutaten für zwei Personen

**Für das Tatar:**  
 2 Forellenfilets, à ca. 100 g,  
 ohne Haut und Gräten  
 3-5 vorgegarte Rote Beten  
 10 g frischer Meerrettich  
 2 Essiggurken  
 1 Schalotte  
 ½ Elstar Apfel  
 150 g Frischkäse Doppelrahmstufe  
 3 EL Olivenöl  
 2 EL weißer Weinessig  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

80 g der Roten Bete in sehr feine Würfel schneiden. Meerrettich schälen. Eine Rote Bete grob zerkleinern und mit Frischkäse, Essig, Meerrettich, Salz und Pfeffer in einen Mixer geben und zu einer pinken Masse mixen. Forellenfilets waschen, trockentupfen und in feine Würfel schneiden. Schalotte abziehen und fein schneiden. Essiggurken fein würfeln. Apfel waschen, trockentupfen, vom Kerngehäuse und Scheidewänden befreien und fein würfeln. Zwiebel mit Rote-Bete-Würfeln, Apfel und Essiggurken vermischen. Öl und die pinke Frischkäse-Masse hinzugeben und nochmal würzen, wenn nötig. Forellenwürfel zum Schluss unterheben.



Laut der Umweltschutzorganisation WWF sind Forellen aus **europäischer Bio-Aquakultur** eine gute Wahl. Weniger empfehlenswert sind dagegen Forellen aus südamerikanischer Aquakultur.

**Für das Carpaccio:**  
 2 vorgegarte Rote Beten  
 1 Zitrone  
 1 EL flüssiger Honig  
 Etwas Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Rote Beten in sehr feine Scheiben hobeln und auf Tellern anrichten. Zitronensaft mit Honig, Öl, Salz und Pfeffer vermengen und mit einem Pinsel über das Carpaccio geben.

**Für die Rösti:**  
 4 Kartoffeln  
 Muskatnuss, zum Reiben  
 Rapsöl, zum Braten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Muskatnuss reiben und 1 Msp auffangen. Kartoffeln schälen und fein reiben. Kartoffeln mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat mischen. Aus der Masse Rösti formen und in Öl in einer Pfanne goldgelb ausbacken.

**Für die Garnitur:**  
 Etwas frischer Meerrettich  
 2 EL Butter  
 Brunnekresse

Meerrettich schälen, mit einem Messer schaben und in Butter ausbraten.

Tatar auf das Rote-Bete-Carpaccio geben und mit dem gebratenen Meerrettich und den Rösti servieren.