

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 13. September 2024** ▪
ChampionsWeek ▪ Finalgericht von Björn Freitag



Konfierter Kabeljau mit Nussbutterschaum, Spinat und Blumenkohl-Wan-Tan

Zutaten für zwei Personen

Für den Kabeljau:

350 g Kabeljauloin, mit Haut
Butter, zum Konfieren
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 140 Grad Umluft vorheizen.

Butter in einen Topf geben und schmelzen.

Fisch mit Salz und Pfeffer würzen und mit der flüssigen Butter in einer kleinen feuerfesten Form bei 140 Grad im Ofen ca. 8-10 Minuten garen. Dabei ab und zu wenden. Die Haut erst kurz vor dem Anrichten abziehen, damit der Fisch gut zusammenhält.

Für den Nussbutterschaum:

1 Schalotte
100 g Butter
80 g Frischkäse
100 ml Weißwein
50 ml Wermut
100 ml Fischfond
1 Prise Piment d'Espelette
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und fein würfeln. Butter in einem Topf schön nussig bräunen und dabei die Schalotte mit schmoren lassen. Dann alle restlichen Zutaten, bis auf den Frischkäse, dazugeben und um die Hälfte einkochen lassen. Dann den Frischkäse einrühren, abschmecken, pürieren und die Sauce durch ein feines Sieb passieren. Anschließend in einen Espuma-Siphon füllen und mit einer Druckpatrone versehen. Wer Zuhause keinen Siphon hat, kann die Sauce mit einem Stabmixer aufschäumen.

Für den Spinat:

400 g frischen Spinat
2 Schalotten
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Schalotten abziehen und fein würfeln. Spinat waschen und trockenschleudern. Spinat zusammen mit den gewürfelten Schalotten in Olivenöl anschwitzen, abschmecken und warm anrichten.

Für die Blumenkohl-Wan-Tans:

¼ Blumenkohl
6 Blätter Wan Tan
1 Ei
Butter, zum Anschwitzen
2 EL Sojasauce
4 EL Pankomehl
Muskatnuss, zum Reiben

Blumenkohl mit einer feinen Reibe in kleine Stückchen reiben. Dann in einer Pfanne in Butter anschwitzen und das Pankomehl dazugeben. Hierbei kann es ruhig leicht bräunen. Mit Muskatnuss und Sojasauce abschmecken. Die fertige Blumenkohlmasse in kleinen Häufchen auf die Wan-Tan-Blättchen setzen. Ei trennen und Eiweiß auffangen. Die Teigblätter leicht mit Eiweiß bepinseln, nach oben hin verschließen und gut andrücken. Die Form der Taschen ist dabei egal. Anschließend in kleinen Dampfkorbchen etwa 2-4 Minuten dämpfen und auf den Spinat setzen.

Den Fisch in die Mitte eines Tellers, am besten leicht tiefe Teller, setzen und großzügig mit dem Nussbutterschaum besprühen. Spinat und Wan-Tan platzieren und servieren.

Zusatzzutaten von Eric:
Knoblauch, Zitrone, Fleur de sel

Eric schmeckte die Blumenkohl-Füllung mit Knoblauch ab und aromatisierte die Butter für den Fisch mit Zitronenschale. Fleur de sel streute er vor dem Servieren über den Fisch.

Außerdem wandelte Eric die Zubereitung der Wan-Tans ab: Er briet die Teigtaschen in einer Pfanne in etwas Öl an, gab dann Wasser hinzu und ließ sie bei geschlossenem Deckel dämpfen.

Zusatzzutaten von Christina:
Knoblauch, Zitrone, Mandeln

Christina schmeckte die Blumenkohl-Füllung mit Knoblauch ab. Zitronenabrieb gab sie zum Spinat und die Mandeln röstete sie. Beim Anrichten streute sie die Mandeln über den Spinat.

Außerdem wandelte Christina die Zubereitung der Wan-Tans ab: Sie briet die Teigtaschen in einer Pfanne in etwas Öl an, gab dann Wasser hinzu und ließ sie bei geschlossenem Deckel dämpfen.



Laut WWF ist der **Kabeljau** nur bedingt zu empfehlen. Wenn er auf dem Teller landet, dann sollte er aus folgenden Fanggebieten stammen (Stand August 2024):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Barentssee, Norwegische See, Spitzbergen, Bäreninsel ("Nordostarktis" - ICES 1,2), Langleinen, Stellnetze-Kiemennetze
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Island (ICES 5.a), Langleinen, Grundschieppnetze
- 2. Wahl: Nordpazifik FAO 61, 67: Beringsee (USA), Wildfang

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 13. September 2024 ▪
ChampionsWeek ▪ Zusatzgericht von Björn Freitag



Süppchen vom Zuckermais mit Wildschweinrücken

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe:

2-3 vorgegarte Kolben Zuckermais
2 weiße Zwiebeln
1 Stück Ingwer
400 ml Kokosmilch
400 ml Gemüsfond
Weißweinessig, zum Abschmecken
Neutrales Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 140 Grad Heißluft vorheizen.

Zuckermais vom Kolben schneiden und grob schneiden. Zwiebeln abziehen und schneiden. Ingwer reiben.

Mais, Zwiebeln und Ingwer in einem Topf in etwas Öl anschwitzen. Mit Fond auffüllen und Gemüse weichkochen. Dann Kokosmilch zufügen. Mit Salz und Essig abschmecken. Suppe pürieren und durch ein Sieb passieren. Final mit Butter und Salz abschmecken. Ggf. vor dem Servieren aufschäumen.

Für das Fleisch:

1 Wildschweinrücken
100 g Brombeeren
1 Schalotte
1 EL Butter
Portwein, zum Ablöschen
Waldhonig, zum Karamellisieren
1 Bund Thymian
2-3 Wacholderbeeren
Neutrales Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fleisch parieren und ggf. portionieren. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch ringsherum anbraten. Thymian als Bett in eine kalte Pfanne legen, das Fleisch darauf platzieren und im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten garen.

Fleischpfanne mit heißem Öl aufgestellt lassen. Schalotte abziehen, in Streifen schneiden und in der Pfanne mit angedrückten Wacholderbeeren und Waldhonig karamellisieren. Mit Pfeffer würzen. Butter zugeben und schwenken. Brombeeren zugeben, dann alles mit Portwein ablöschen und einköcheln lassen.

Fleisch aus dem Ofen nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und in der Sauce glasieren. Vor dem Aufschneiden ruhen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.