

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 09. August 2019 ▪
Finalgericht von Alexander Kumptner



**Gedämpfte Lachsforelle mit Estragon-Kapern-Sauce,
Apfel-Balsamico-Kraut und cremigem Kartoffel-
Meerrettich-Püree**

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

2 Lachsforellenfilets mit Haut á 170 g
2 EL Butter
Salz, aus der Mühle

Einen Topf mit Wasser aufstellen und darauf einen passenden Bambusdämpfer setzen. Diesen mit etwas flüssiger Butter einstreichen. Den Fisch salzen, mit flüssiger Butter einstreichen und in den Bambusdämpfer für ca. 5 Minuten glasig dämpfen.



**PROFI
TIPP**

Um das Fischfilet zu aromatisieren und ihm eine feine Note zu verleihen, können Sie frische Kräuter wie Estragon mit in das kochende Wasser geben. Auch Zitrusfrüchte eignen sich perfekt dafür.

Für das Kraut:

250 g junges Sommerkraut
½ säuerlicher Apfel
½ Zwiebel
2 EL alter Balsamico
1 Msp. gemahlener Kümmel
1 Msp. edelsüßes Paprikapulver
1 EL Butter

Das Kraut vom Strunk befreien und in feine Streifen schneiden. Den Apfel schälen, entkernen und in ca. 0,5 x 0,5 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen, fein würfeln und in etwas Butter glasig braten. Anschließend das geschnittene Kraut, sowie Kümmel und Paprikapulver dazugeben und für weitere 5 Minuten braten. Sobald das Kraut beginnt weich zu werden, die Apfelwürfel dazugeben und mit dem Balsamico ablöschen. Mit einer Flocke Butter binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Püree:

400 g mehligkochende Kartoffeln
1 Stange Meerrettich à 3 cm
100 ml Milch
1 Muskatnuss, zum Reiben
2 EL Butter
Salz, aus der Mühle

Die Kartoffel schälen, klein schneiden und in reichlich Salzwasser weich kochen. Die Kartoffeln abseihen und gut ausdämpfen lassen und durch eine Presse drücken. Noch im heißen Zustand mit der ebenfalls warmen Milch und der kalten Butter zu einem feinen Püree rühren. Mit Salz und Muskat würzen und mit geriebenem Meerrettich vollenden.

Für die Sauce: Die Hälfte der Butter und dem Mehl eine Mehlschwitze machen und diese in der Pfanne glatt rühren. Mit Wein ablöschen und Geflügelfond immer wieder aufgießen, zum Kochen bringen und glatt rühren. Die Sahne ebenfalls dazugeben und ein paar Minuten leicht köcheln, damit sich die Stärke des Mehls voll auskochen kann. Die Sauce mit dem grob gehackten Estragon und den Kapern mit einem Stabmixer fein mixen und durch ein Sieb passieren.

2 TL Kapernbeeren in Öl
½ Bund Estragon
30 ml trockener Weißwein
280 ml Geflügelfond
100 ml Sahne
1 ½ TL Mehl
55 g Butter

Die Sauce sollte sämig sein, mit Salz und Pfeffer abschmecken und der übrigen Butter aufmontieren.

Den glasig gedämpften Fisch auf Tellern anrichten, auf das angerichtete Kraut setzen und das Püree a part servieren.

Zusatzzutaten von Lilli: Das Lorbeerblatt gab Lilli mit in die Estragon-Kapern-Sauce und mit dem gewürfelten Speck verfeinerte sie das Apfel-Balsamico-Kraut.
1 Lorbeerblatt, 50 g gewürfelter Speck

Zusatzzutaten von Kai: Mit den Salbeiblättern aromatisierte Kai das Kochwasser für den Fisch, das Kraut schmeckte er mit Ahornsirup ab und die Walnusskerne karamellisierte er in einer Pfanne mit Zucker und setzte sie als Garnitur auf das Kraut.
5 Salbeiblätter, 1 EL Ahornsirup, 5 Walnusskerne



Zusatzgericht von Alexander Kumptner

Roh marinierter Lachs mit Avocado-Creme und Wasabi-Rahm-Gurken

Zutaten für zwei Personen

Für den Lachs:

1 Lachsfilet ohne Haut à 300 g
2 EL Honig
2 EL Sojasauce

Den Lachs waschen und trocken tupfen. Für die Marinade Honig und Sojasauce glatt rühren und in einen tiefen Teller geben. Den Fisch für ca. 10 Minuten in die Marinade legen, dann wenden und erneut für 10 Minuten kalt stellen. Fisch aus der Marinade nehmen, vorsichtig mit einem Küchentuch abtupfen und die Oberfläche des Filets leicht flambieren. Anschließend in Tranchen schneiden und noch einmal durch die Marinade ziehen. Restliche Marinade beiseitestellen.

Für die Avocado-Creme:

1 Avocado
1 TL Weißweinessig
Salz, aus der Mühle

Avocado halbieren und den Kern entfernen. Das Fruchtfleisch mit Weißweinessig zu einer feinen Creme pürieren und mit Salz abschmecken. Die Creme in einen Spritzbeutel füllen und bis zum Servieren kalt stellen.

Für die Wasabi-Rahm-Gurken:

1 Gurke
20 g Schmand
2 TL Weißweinessig
1 TL Wasabi-Paste
Salz, aus der Mühle

Gurke waschen, schälen und halbieren. Mit einem Löffel von den Kernen befreien und anschließend fein schneiden. Geschnittene Gurke reichlich salzen, in ein sauberes Geschirrhandtuch geben und ca. 10 Minuten in den Kühlschrank stellen. Anschließend das Handtuch kräftig auswringen, sodass das überschüssige Wasser der Gurken austritt. Die Gurken in eine Schale geben und mit Schmand, Wasabi und Essig verrühren. Mit Salz abschmecken.



PROFI TIPP

Wenn Sie einen Gurkensalat zubereiten, egal ob auf Rahmbasis oder einfach mit Essig und Öl, sollten Sie immer das Kerngehäuse entfernen, die Gurke einsalzen und ihr so das überschüssige Wasser entziehen. Das Ergebnis: Der Salat wird schön cremig und nicht wässrig.

Für die Garnitur:

½ Bund Koriander
½ Bund Minze
50 g Pankobrösel

Koriander und Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Die Kräuter in eine kleine Schale geben und mit 2 TL von der zuvor hergestellten Fisch-Marinade verrühren. Brösel in einer fettfreien Pfanne anrösten.

Den flambierten Fisch auf Wasabi-Rahm-Gurken und mit Avocado-Creme anrichten, mit frischen Kräutern und Brösel garnieren.