

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 19. Juni 2020** ▪  
**Finalgericht von Mario Kotaska**



**Forelle „Müllerin“ mit gebratenen Salatherzen „Caesar Style“ und Salzkartoffeln**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Forelle:**

- 2 ganze küchenfertige Forellen
- 1 Knoblauchzehe
- 3 Zitronen
- 100 g Butter
- 2 Zweige glatte Petersilie
- 2 Zweige Thymian
- Mehl, zum Mehlieren
- Olivenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Forelle waschen und trockentupfen. Forelle innen und außen gut mit Salz und Pfeffer würzen, mehlieren und in Olivenöl kross anbraten. Wenden und im Backofen fertig garen.

Zitronen halbieren und insgesamt sechs Filets herausschneiden.

Knoblauch abziehen und klein hacken. Petersilie und Thymian abbrausen, trockenwedeln und hacken. Vor dem Servieren Butter in der Bratpfanne aufschäumen und Zitronenfilets, Knoblauch, Petersilie und Thymian in die Pfanne geben. Die gebratene Forelle damit beträufeln.



**PROFI  
TIPP**

Wenn sich die Bauchflosse der Forelle leicht herausziehen lässt, ist dies ein Indikator für die perfekte Garstufe.

**Für den Salat:**

- 2 Mini-Romanasalatherzen
- 2 Radieschen
- 1 EL Olivenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salatherzen putzen und Strunk entfernen. Salatherzen halbieren und auf der Schnittseite in Olivenöl anbraten. Würzen, wenden und in der lauwarmen Pfanne ziehen lassen. Radieschen waschen, trockentupfen, hobeln und den Salat mit den gehobelten Radieschen-Scheiben durchschwenken. Salzen und pfeffern.

**Für die Croûtons:**

- 1 sehr dünne Scheibe Graubrot
- Sonnenblumenöl, zum Ausbacken

Graubrot in feine Croûtons schneiden, in Sonnenblumenöl kross ausbacken und entfetten. Als Knusper auf die Salatherzen streuen.

**Für das Caesar-Dressing:**

- 1 Zitrone
- 50 g Kapern Nonpareilles, inkl. Saft
- 1 Ei
- 40 g Parmesan
- 1 TL Senf
- 100 ml Sonnenblumenöl

Ei trennen und Eigelb auffangen. Zitrone waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Parmesan reiben. Aus Eigelb, Senf, Kapern, Zitronensaft- und abrieb, Parmesan und Sonnenblumenöl eine Emulsion herstellen. Kurz vorm Servieren Salatherzen mit dem Dressing beträufeln.

**Für die Kartoffeln:**

- 6 kleine vorwiegend festkochende Kartoffeln
- 1 Zweig Petersilie
- Butter, zum Glasieren
- Salz, aus der Mühle

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Kartoffeln tournieren, in Salzwasser ansetzen und weichkochen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Kartoffeln nach dem Abschütten mit etwas Butter und Petersilie glasieren.

**PROFI  
TIPP**

Salzkartoffeln immer in kaltem Wasser aufsetzen. Zum einen garen sie dann gleichmäßiger, vor allem aber bleibt die Stärke in der Kartoffel erhalten und bildet keine Rückstände im Kochwasser.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

- Zusatzzutaten von Janna:** *Dill passt einfach hervorragend zum Fisch, findet Janna und auch die angerösteten Haselnüsse veredelten sowohl Jannas Forelle als auch die braune Zitronen-Butter. Die Sardellen sorgten für Authentizität und Würze im Caesar-Dressing.*
- 2 Zweige Dill*
  - 50 g gehackte Haselnüsse*
  - 5 kleine Sardellen*
- Zusatzzutaten von Thomas:** *Mit gerösteten Mandelblättchen sorgte Thomas für den „kleinen crunch“ an der Forelle. Den Ingwer kombinierte er für eine bessere Verträglichkeit mit Knoblauch – hier profitierte die Forelle von seinem Trick. Mit dem Senf verfeinerte Thomas seine Mayonnaise.*
- 15 g Mandelblättchen*
  - 1 kleines Stück Ingwer*
  - 1 EL grober Dijon-Senf*