

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 22. April 2022** ▪
Finalgericht von Johann Lafer



Lachsforelle in der Salzkruste mit Zitronen-Vanille-Butter und Kartoffelsalat

Zutaten für zwei Personen

Für den Lachs:

1 küchenfertige Lachsforelle, ca. 1,2 kg
 12 Scheiben Schwarzwälder Schinken
 ½ Bund glatte Petersilie
 ½ Bund Dill
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen.

Die Flossen mit einer Küchenschere von der Forelle abschneiden. Den Fisch innen und außen kalt abspülen und trocken tupfen. Dill und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und zupfen. Je einen EL davon für die Zitronen-Vanille-Butter aufheben. Die Lachsforelle innen salzen, pfeffern und mit den Kräutern sowie 3 Scheiben Schwarzwälder Schinken füllen. Den restlichen Schinken leicht überlappend um den Fisch wickeln.



Laut WWF sind **Forellen** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand: Januar 2022):

- 1. Wahl: ASC (Aquakultur)
- 1. Wahl: BIO (Aquakultur)
- 1. Wahl: Bachforelle, Seeforelle: Österreich (Aquakultur: Teichanlagen, Durchflussanlagen)

Für die Salzkruste:

2,5 kg grobes Meersalz, aus dem Reformhaus
 6 Eier

Eier trennen. In einer großen Schüssel das Meersalz für die Salzkruste gründlich mit den Eiweißen mischen und kurz ruhen lassen.

Ein Backblech mit Backpapier belegen. Die Hälfte der Salzmasse darauf schütten, etwas größer als den Fisch formen und glattstreichen. Alternativ kann man aus Alufolie eine Fischkontur formen und diese mit der Hälfte der Salzmasse füllen. Den Fisch auf das Salzbett legen und das restliche Salz darauf verteilen. Den Fisch im Salzmantel in der Mitte des Ofens etwa 15-20 Minuten garen.

Für die Zitronen-Vanille-Butter:

1 Zitrone
 1 Vanilleschote
 80 g Butter
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und eine Hälfte auskratzen. Zitrone filetieren, dafür oben und unten einen Deckel abschneiden und die Schale mit der weißen Haut darunter dick abschneiden. Die Filets zwischen den Häutchen herauslösen. Butter in einem Topf zerlassen und leicht bräunen. Die Zitronenfilets darin erhitzen, bis sie zu zerfallen beginnen. Mit Salz, Pfeffer, Vanillemark und je einem Esslöffel Dill und Petersilie würzen.

Die Lachsforelle aus dem Ofen nehmen. Die Salzkruste aufklopfen und abheben. Schinken entfernen und die Haut der Lachsforelle zum Kopf hin abziehen. Mit einer Löffelspitze die graue Schicht (sie schmeckt möglicherweise tranig) abschaben.

Das Filet an der Nahtstelle teilen, jede Hälfte von den Gräten heben und auf vorgewärmten Tellern anrichten. Die Mittelgräte, Kräuter und Schinken entfernen; mit dem zweiten Filet ebenso verfahren.

Für den Kartoffelsalat: Kartoffeln waschen und ungeschält in einem Topf mit Wasser bedecken. Lorbeerblätter und 1 TL Salz hinzufügen und die Kartoffeln garen. 400 g kleine festkochende Kartoffeln
1 Bund Radieschen
90 g Rucola
4 Stängel Schnittknoblauch
80 g Ziegenhartkäse
200-300 ml Gemüfefond
2 Lorbeerblätter
60 ml Olivenöl
Grobes Meersalz, zum Würzen
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Anschließend abgießen und abschrecken. Sofort pellen, in 3 mm dicke Scheiben schneiden und in eine große Schüssel geben. Fond in einem Topf aufkochen und über die noch heißen Kartoffeln gießen. Schnittknoblauch abbrausen, trockenwedeln und klein schneiden. Ziegenkäse reiben. Kartoffeln mit Schnittknoblauch, Olivenöl, Pfeffer und der Hälfte des geriebenen Käses in einer großen Schüssel mischen und zugedeckt abkühlen lassen. Radieschen waschen, putzen und in Scheiben schneiden. Rucola verlesen, abbrausen und trockenwedeln. Die Blätter zerkleinern. Rucola und Radieschen zum Kartoffelsalat geben und unterheben. Den Salat mit dem restlichen Käse und etwas Meersalz bestreuen.

Die Filets auf Teller geben, mit der Zitronenbutter beträufeln und Kartoffelsalat daneben anrichten.

Zusatzzutaten von Patrick: *Patrick nutzte keine zusätzlichen Zutaten für das Finalgericht.*
keine

Zusatzzutaten von Charlotte: *Charlotte nutzte keine zusätzlichen Zutaten für das Finalgericht.*
keine

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 22. April 2022** ▪
Zusatzgericht von Johann Lafer



Dorade in der Salzkruste mit jungem Spinat und Beurre blanc

Zutaten für zwei Personen

Für den Spinat:

150 g Babyspinat
 1 Stange Lauch
 1 Stange Staudensellerie
 2 Schalotten
 1 Knoblauchzehe
 75 g Butter
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 230 Umluft vorheizen.

Lauch und Staudensellerie putzen und in feine Ringe schneiden. Schalotten und Knoblauch abziehen und fein würfeln und alles mit Butter in einer Pfanne anschwitzen. Spinat putzen, mit in die Pfanne geben und mitdünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für den Fisch:

800 g Dorade
 2,5 kg Meersalz
 5 Eier

Eier trennen und Eiweiß unter das Salz heben und ziehen lassen. Dorade auf ein Blech geben und mit dem Salz ummanteln und für 15 Minuten in den Ofen geben.

Aus dem Ofen nehmen, Kruste mit Hilfe eines Messer abheben, Salz ganz vorsichtig entfernen und Haut des Fisches abziehen. Mit Hilfe einer Gabel und eines Löffels das Filet herauslösen. Und auf Teller anrichten.



PROFI TIPP

Laut WWF ist die **Dorade**, auch Goldbrasse genannt, aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand April 2022):

- 1. Wahl: BIO oder ASC (Aquakultur)

Als zweite Wahl gelten Fische aus diesen Gebieten:

- 2. Wahl: Global GAP (Aquakultur)
- 2. Wahl: Mittelmeer FAO 37 (Aquakultur: Netzkäfiganlagen)
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Biskaya (VIIIa), Portugiesische Küste (IXa); Mittelmeer FAO 37 (Handleinen, Angelleinen, Fallen)

Für die Beurre blanc:

2 Schalotten
 1 Knoblauchzehe
 1 Zitrone
 110 g Butter
 50 g Crème fraîche
 200 ml Sahne
 300 ml Fischfond
 200 ml Weißwein
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitrone auspressen. 30 g Butter und Zitronensaft in einem Topf erhitzen. Schalotten und Knoblauch abziehen, klein schneiden mit in den Topf geben und dünsten. Mit Weißwein aufgießen und ganz einkochen lassen. Mit Fischfond und Sahne auffüllen und mit restlicher kalter Butter und Crème fraîche die Sauce aufmontieren mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sauce durch ein Sieb passieren.

Gericht auf Teller anrichten und servieren.