

▪ Die Küchenschlacht "Promi-Woche" – Menü am 16. Oktober 2017 ▪
Klassiker-Tag mit Nelson Müller



Forelle „Müllerin“ mit Mandelbutter, Petersilienkartoffeln und Salatbouquet

Zutaten für zwei Personen

Für die Forelle:

2 küchenfertige Forellen à 350 g
3 Knoblauchzehen
1 Knolle Ingwer à 2 cm
½ Zitrone
100 g griffiges Mehl
¼ Bund glatte Petersilie
Sonnenblumenöl, zum Anbraten
3 EL Butterschmalz
1 TL Chilisalz

Den Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Fisch waschen und trockentupfen. Die Forelle mit Chilisalz und Zitronensaft außen und innen würzen, die Petersilie und Zitronenscheiben in den Fisch geben und diesen in Mehl wenden.

In einer Pfanne Öl und Butterschmalz erhitzen und den Fisch anbraten. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Knoblauch und Ingwer zum Fisch geben und diesen bei niedriger Hitze etwa 5 Minuten fertigbraten. Die Forelle aus der Pfanne nehmen und im vorgeheizten Ofen warm stellen.

Für die Butter:

100 g Butter
50 g Mandelblättchen
½ Zitrone

Die Butter in einer Pfanne aufschäumen und die Mandelblättchen darin leicht rösten. Mit etwas Zitronenabrieb und -saft abschmecken.

Für die Petersilienkartoffeln:

6 Drillingskartoffeln
½ Bund glatte Petersilie
50 g Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen, halbieren und in einem Topf mit kochendem Salzwasser etwa 12 Minuten gar kochen. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Butter in einer Pfanne aufschäumen, die Kartoffelhälften dazugeben und mit gehackter Petersilie vermengen.

Die Kartoffeln kräftig salzen und pfeffern.

Für den Salat:

½ Romanasalat-Herz
5 Cherrytomaten
¼ Gartengurke
20 ml weißer Balsamico
1 TL Dijon-Senf
¼ TL Puderzucker
2 Zweige Dill
10 ml Walnussöl
30 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Salat von den äußeren Blättern befreien, waschen und vom Strunk schneiden. Die Tomaten waschen und vierteln. Die Paprika halbieren, das Kerngehäuse ausschneiden und grob würfeln. Die Gurke längs halbieren, das Kerninnere ausschneiden und in feine Stücke schneiden.

Den Dill abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Aus Balsamico, Öl, Senf, Zucker, Salz und Pfeffer eine homogene Vinaigrette anrühren und diese mit dem Salat, den Gemüsestücken und dem Dill in einer Schüssel vermengen.

Die Forelle „Müllerin“ mit Mandelbutter beträufeln, mit Zitronenscheiben garnieren und mit den Petersilienkartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Abwandlung von Manon Straché

| | |
|----------------------------------|--|
| Für den Salat: | Die Gurke waschen, von den Enden befreien und mit einem |
| 1 Gurke | Spiralschneider in breite Gurkennudeln schneiden. Die Gurkennudeln auf |
| ¼ Romanasalat-Herz | einem Küchentrepp leicht trocknen lassen und dann kräftig salzen. Die |
| 2 Frühlingszwiebeln | Frühlingszwiebeln vom Ansatz und der äußeren Schale befreien, putzen |
| 1 Zitrone, davon den Abrieb | und in feine Ringe schneiden. Dill abbrausen, trockenwedeln und fein |
| 50 g Sahne | hacken. |
| 20 ml Brandweinessig | Den Salat waschen, trocknen und vom Strunk schneiden. |
| 20 ml Rapsöl | Aus Sahne, Essig, Öl, Zitronenabrieb, Zucker, Frühlingszwiebeln, Dill, |
| ¼ TL Zucker | Salz und Pfeffer ein cremiges Dressing erstellen. |
| ¼ Bund Dill | Das Dressing mit den Gurkennudeln verrühren und auf einigen Blättern |
| Salz, aus der Mühle | Romanasalat anrichten. |
| Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle | |