

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 22. März 2021** ▪
Leibgericht mit Johann Lafer



Kolja Radau

Safran-Risotto mit Szechuan-Rotbarsch und Römersalat

Zutaten für zwei Personen

Für das Risotto:

250 g Risotto-Reis
 2 Schalotten
 20 g Butter
 90 g Parmesan
 750 ml Gemüsefond
 300 ml Weißwein
 0,3 g Safran

Den Parmesan reiben. Schalotten abziehen, klein schneiden und in der Butter anbraten. Reis hinzufügen und kurz mitbraten. Anschließend mit Weißwein ablöschen. Nach und nach mit Fond aufgießen und Safran hinzufügen. Zuletzt den Parmesan untermengen. Risotto in einem Servierring anrichten.

Für den Rotbarsch:

2 Rotbarschfilets, ohne Haut
 Butter, zum Braten
 Mehl, zum Mehlieren
 Szechuan-Pfeffer

Rotbarsch waschen, trockentupfen und ggfs. mit Mehl einstäuben. Anschließend mit Szechuan-Pfeffer einreiben und in der Pfanne in Butter scharf anbraten.



**PROFI
TIPP**

Den Verzehr von Rotbarsch sehen die Umweltschützer kritisch. Der Rotbarsch wächst sehr langsam und ist daher anfällig für Überfischung. Allenfalls mit **pelagischen Scherbrettnetzen** gefangener Rotbarsch aus der **Nordostarktis** oder der **Norwegischen See** ist laut WWF noch akzeptabel. Der gefangene Fisch sollte unbedingt mit einem **MSC label** zertifiziert und mit Langleinen oder Kiemennetzen gefangen worden sein.

Für den Salat:

1 Mini-Römersalat
 1 Zitrone
 1 EL Olivenöl
 1 Bund Minze
 1 Bund Petersilie
 Salz, aus der Mühle

Salat vom Strunk befreien, in feine Streifen schneiden, diese waschen und trockenschleudern. Zitrone halbieren, auspressen und 1 EL Saft auffangen. Aus Zitronensaft, Olivenöl und einer Prise Salz eine Citronette herstellen. Minze und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und grob hacken. Salat mit etwas Minze und Petersilie vermengen. Mit Citronette marinieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.