

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 20. April 2021** ▪
Vorspeise mit Björn Freitag



Tina Rass

Ceviche vom Bachsaibling mit Pfannenbrot

Zutaten für zwei Personen

Für die Marinade:

¼ rote Chili
 1 Limette
 2 Orangen
 1 Passionsfrucht
 15 g Olivenöl
 1 Prise Piment d'Espelette
 Salz, aus der Mühle
 Eiswürfel

Die Chili der Länge nach aufschneiden, von Kernen und Scheidewänden befreien und in feine Streifen schneiden. Orangen halbieren, auspressen und Saft auffangen. Limette halbieren, auspressen und 1 EL Saft auffangen. Passionsfrucht halbieren und das Fruchtfleisch auslösen. Chili mit Orangensaft, Olivenöl, Limettensaft und Passionsfruchtfleisch verrühren. Mit Salz und Piment d'Espelette würzen. Im Kühlschrank auf Eis kalt stellen.

Für die Ceviche:

200 g Bachsaiblingsfilet, ohne Haut
 20 g Fenchel mit Grün
 15 g Frühlingszwiebeln
 100 g gelbe Pflaumen
 (alternativ Nektarinen oder Mango)
 1 Limette
 20 g Macadamianusskerne
 1 Schuss weiße Sojasauce
 1 Prise Piment d'Espelette
 1 Zweig Koriander
 Salz, aus der Mühle
 Eiswürfel

Saiblingfilets waschen, trockentupfen und mit einer Pinzette Gräten aus den Filets ziehen. Filets schräg in feine Scheiben schneiden. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Limette waschen, trockentupfen und Zesten runterschneiden. Saiblingfilets mit weißer Sojasauce, einem Spritzer Limettensaft, Limettenzesten, Salz und Piment würzen und in eine flache Schale auf Eis in den Kühlschrank stellen. Fenchelstängel mit Grün und Wurzelansatz abschneiden, waschen, trockentupfen und die Hälfte des Grüns fein hacken. Knollen längs in feine Streifen schneiden und in Eiswasser legen. Frühlingszwiebeln putzen, vom Strunk befreien, in feine Streifen schneiden, ebenfalls in Eiswasser legen. Pflaumen halbieren, entsteinen und vierteln. Fischstreifen, Pflaumen, Fenchel und Frühlingszwiebeln vorsichtig mit der Marinade (von oben) vermengen und evtl. nachwürzen. Macadamianusskerne zerkleinern und ohne Fett in einer Pfanne anrösten. Koriander abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Ceviche mit den gerösteten Macadamianüssen und Koriander garnieren.



Beim Kauf von **Saibling** sollten Sie darauf achten, dass der Fisch aus nachhaltiger Fischerei stammt. WWF empfiehlt insbesondere Produkte, die mit einem **Bio Label (Aquakultur)** sowie mit dem **ASC Label (Aquakultur)** gekennzeichnet sind. Empfehlenswert sind Fische, die aus Europa und der Schweiz stammen und in Kreislaufanlagen gezüchtet werden, außerdem Fische aus Island, die aus Teichanlagen und Durchflussanlagen stammen.

Für das Brot: Mehl mit Backpulver, Sesam, Salz und Zucker in einer Schüssel mischen.
40 g Sesam Milch, Butter und 1 EL Speiseöl zugeben und alles einem glatten Teig
160 ml Milch kneten. Teig in 4 Portionen teilen und diese auf einer leicht bemehlten
50 ml flüssige Butter Arbeitsplatte zu runden Fladen ausrollen.
3 EL neutrales Öl Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen, je einen Teigfladen hineinlegen und
300 g Weizenmehl (405) bei mittlerer Hitze von beiden Seiten ca. 2 Minuten backen. Das Gericht
1 TL Backpulver auf Tellern anrichten und servieren.
½ TL Zucker
1-2 TL Salz