

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 16. Dezember 2022** ▪
Finalgericht von Mario Kotaska



Auf der Haut gebratener Kabeljau mit Apfel-Meerrettich-Gemüse und kleinem Flönzstrudel

Zutaten für zwei Personen

Für den Flönzstrudel:

100 g geräucherte Flönz
1/6 Kopf Spitzkohl
4 Blätter Brickteig
1 Ei
2 EL scharfer Senf
4 Zweige Majoran

Den Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen.

Ei trennen und das Eigelb auffangen. Spitzkohl anschwitzen, hacken und mit gehacktem Majoran abschmecken. Flönz in geeignete Balken schneiden, mit Senf marinieren und in Spitzkohl einwickeln. Anschließend alles zusammen in Brickteig doppelt einpacken und mit Eigelb „verschließen“. Im Backofen bei 220 Grad goldbraun backen und zum Servieren dekorativ aufschneiden.

Für den Kabeljau:

2 Kabeljaufilets mit Haut, à 120 g
1 Knoblauchzehe
2 Zweige Thymian
10 g Butter
1 EL Olivenöl
Gartenkresse, zum Garnieren
Mehl, zum Mehlieren
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kabeljau waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hautseite leicht mehlieren und in Olivenöl auf der mehlierten Seite kross braten. Erst im letzten Moment wenden. Knoblauch abziehen, anstoßen und mit Butter und Thymianzweigen zusammen glasig fertigbraten. Zum Schluss mit gezupfter Gartenkresse garnieren.



Laut WWF ist der **Kabeljau** nur bedingt zu empfehlen. Wenn er auf dem Teller landet, dann sollte er aus folgenden Fanggebieten stammen (Stand Dezember 2022):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Barentssee (I), Norwegische See (II) -Küstennahe Fischerei (Stellnetze, Langleinen)
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Belte und Sunde (IIIb & IIIc), Westlich von Bornholm (IIId.24), Zentrale Nordsee (IVb) (Stellnetze)

Für das Apfel-Meerrettich-Gemüse:

1 Granny Smith Apfel
50 g frischen Meerrettich
2 Schalotten
50 g Sahnemeerrettich
50 ml Sahne
20 g Butter
100 ml Geflügelfond
20 g Senf

Butter in einer Pfanne erhitzen. Schalotten abziehen, fein würfeln und in Butter anschwitzen. Apfel entkernen, fein würfeln und dazugeben. Mit Sahnemeerrettich und frisch geriebenem Meerrettich würzen und mit Senf verfeinern. Mit einreduziertem Fond und Sahne cremig einkochen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Zusatzzutaten von Andrea: Andrea verfeinerte das Apfel- Meerrettich-Gemüse mit dem Abrieb einer Zitrone. Mit dem Zucker karamellisierte sie den Spitzkohl. Die Kresse verwendete sie zum Garnieren.
Zucker
Erbsenkresse

Zusatzzutaten von Brigitte: Brigitte schmeckte das Apfel- Meerrettich-Gemüse mit Zimt ab. Mit dem Zucker karamellisierte sie den Spitzkohl. Den Kümmel gab sie in den Mörser und anschließend zerstoßen zum Spitzkohl.
Zimt
Zucker
Kümmelsamen

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 16. Dezember 2022** ▪
Zusatzgericht von Mario Kotaska



Rosenkohl-Gröstl mit Mandeln, Rosinen und Geflügelleber

Zutaten für zwei Personen

Für die Mandeln:
50 g Mandelstifte

Den Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen.

Mandelstifte auf einem Backblech verteilen und im Backofen für etwa 8 Minuten goldbraun rösten. Danach herausnehmen und auf einen Teller zur Seite stellen.

Für das Gröstl:
100 g Geflügelleber
200 g Rosenkohl
50 g Rosinen (über Nacht in Portwein, Orangenabrieb- und Saft eingelegt)
1 Orange
10 g Butter
100 ml roter Portwein
5 Zweige Blattpetersilie
1 EL Sonnenblumenöl
1 Msp. Quatre Épices
Salz, aus der Mühle

Portwein mit Orangenabrieb und -saft in eine Schüssel geben und die Rosinen darin über Nacht einlegen.

Geflügelleber scharf und kurz in einer Pfanne in Sonnenblumenöl anbraten. Die Hälfte der Butter hinzufügen und aufschäumen lassen. Da die Leber eine kurze Garzeit hat, diese nur kurz in der Pfanne anbraten, so dass sie von innen noch roh bleibt. Kein Salz verwenden, da die Leber sonst fest wird. Beim Braten der Geflügelleber Abstand halten, weil sich das in der Leber enthaltene Wasser in der Hitze ausdehnt und dabei zischt. Leber aus der Pfanne nehmen und bis zur späteren Verarbeitung zum Abtropfen auf ein Sieb geben.

Rosenkohl putzen, halbieren und im Ansatz der Leber bei geringer Temperatur in der Pfanne rösten. Zwischendurch mit Salz würzen. Die restliche Butter zum Rosenkohl geben und ziehen lassen.

Die eingelegten Rosinen ohne den Saft zum gerösteten Rosenkohl in die Pfanne hinzufügen. Die Schale der Orange abreiben und dazugeben. Alles gut vermengen und mit Salz würzen.

Die kurz gebratene und noch rohe Leber mit den Mandelstiften zum Rosenkohl in die Pfanne geben. Mit Quatre Épices würzen und durchschwenken. Die Pfanne nochmal heiß werden lassen, damit die Leber Temperatur bekommt.

Einen Schuss Portwein dazugeben, damit alles emulgiert. Petersilie grob hacken und in das Gröstl rühren. Vor dem Servieren mit restlicher Petersilie garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.