

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 22. Juni 2020** ▪
ChampionsWeek ▪ "Mittelmeerküche" mit Nelson Müller



Pepe

Steinbutt mit Parmesansauce, Gemüse-Spaghetti und frittiertem Rucola

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:
 1 Steinbuttfilet, mit Haut
 10 g Mehl
 Neutrales Öl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 50 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Filet abbrausen, trockentupfen, mehlieren, mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Hautseite in Öl anbraten. Herausnehmen und im Ofen garziehen lassen.

Für das Gemüse:
 1 Zucchini
 1 Karotte
 Butter, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gemüse waschen, trockentupfen und Enden abschneiden. Mit dem Gemüseschneider Zucchini und Karotte in Streifen schneiden. Streifen in der Pfanne mit Butter schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Rucola:
 150 g Rucola
 Neutrales Öl, zum Frittieren

Rucola waschen und trockenschleudern. Rucola in der Fritteuse frittieren.

Für die Sauce:
 150 ml Sahne
 30 g Butter
 200 g Parmesan
 20 ml Weißwein
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Sahne aufkochen, Weißwein und Butter dazu geben. Käse reiben und hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Sauce in den Mixer geben und gut mixen.

Für die Garnitur:
 20 g Parmesan

Parmesan reiben, auf ein Backblech mit Backpapier geben und im Ofen bei 180 Grad zu knusprigen Chips ausbacken.

Das Spaghetti-Gemüse auf dem Teller seitlich servieren die Sauce aufschäumen und neben das Gemüse setzen und den Steinbutt darauf platzieren. Den frittierten Rucola auf dem Fisch garnieren und servieren.



Carina Mayer-Pendl

Loup de mer im Safran-Muschelsud mit Paprika-Relish, Zucchini-Pasta und Pinienkern-Crunch

Zutaten für zwei Personen

Für den Safran-Muschelsud:

3 Loup de mer, à 150 g, mit Haut,
500 g Karkassen
500 g Bouchot Muscheln, gewaschen
1 große Stange Porree
1 Stange Sellerie
1 Karotte
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
350 ml trockener, milder Weißwein
700 ml Fischfond
300 ml Krustentierfond
2 Lorbeerblätter
1 Zweig Thymian
2 Msp. Safranfäden, ca. 20
4 EL Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Den Porree, die Karotte und die Stange Sellerie unter kaltem Wasser waschen, putzen, von Enden befreien und in Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden. Olivenöl in einem großen Topf erhitzen, Karotte, Porree, Sellerie, Knoblauch und Schalotten glasig dünsten. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Karkassen hinzugeben und kurz mitanrösten. Mit Wein ablöschen, Safranfäden, Lorbeerblätter und Thymianzweig hinzufügen und um die Hälfte einkochen lassen. Anschließend mit Fischfond und Krustentierfond auffüllen und um die Hälfte einreduzieren lassen. Sud durch ein feines Sieb schütten und Schaum abschöpfen. Gewaschene und abgetropfte Muscheln in den Sud mit dem Fischfond geben. Mit Deckel 5 Minuten kochen lassen und gelegentlich umrühren. Vom Herd nehmen, weitere 3 Minuten ziehen lassen, bis sich alle Muscheln geöffnet haben. Die geschlossenen wegwerfen. Muscheln bis auf 8 Stück aus den Schalen lösen. Loup de Mer in den Fischsud hinzugeben und 8 Minuten ziehen lassen. Abschmecken und bei Bedarf mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Paprika-Relish:

½ rote Paprika
½ gelbe Paprika
1 rote Zwiebel
1 Stück Ingwer
1 EL Tomatenmark
Wildblütenhonig, nach Bedarf
50 ml trockener, milder Weißwein
1 TL Koriandersamen
Edelsüßes Paprikapulver
1 Lorbeerblatt
1 EL brauner Zucker
2 EL Sonnenblumenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Paprika waschen, halbieren und putzen. Kerne und Scheidewände entfernen. Die Hälften fein würfeln. Zwiebel abziehen und würfeln. Ingwer schälen und fein hacken. Koriander im Mörser zerstoßen. Zwiebeln und Paprika in der Pfanne mit Sonnenblumenöl anbraten. Zucker hinzufügen und kurz schmelzen. Tomatenmark hinzufügen und kurz mit anschwitzen. Ingwer, Koriander, Paprikapulver und Weißwein dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen, das Lorbeerblatt hinzufügen und aufkochen. Bei mittlerer Temperatur offen etwa 10 Minuten unter Rühren weichkochen. Wenn für den eigenen Geschmack zu säuerlich ist, kann nach Belieben etwas Honig hinzugefügt werden.

Für den Pinien-Crunch:

30 g Pinienkerne

Pinienkerne in eine Pfanne ohne Öl geben. Bei mittlerer Hitze Pinienkerne von allen Seiten rösten bis sie goldbraun sind.

Für die Zucchini-Pasta: Zitrone halbieren und Saft auspressen. Knoblauch abziehen und andrücken. Zucchini waschen, putzen und mit dem Spiralschneider in Spaghetti schneiden. Tomaten waschen. Olivenöl in der Pfanne erhitzen und Tomaten sowie Knoblauch hineingeben. Mit Puderzucker bestreuen und karamellisieren lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und etwas einkochen lassen. Knoblauch aus der Pfanne nehmen und die Zucchini Pasta zugeben und etwas Gemüsefond aufgießen. Bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten unter Rühren mitdünsten. Mit Zitronensaft abschmecken.

2 Zucchini
100 g Kirschtomaten
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone (Saft)
3 EL Olivenöl
100 ml Gemüsefond
1 EL Puderzucker
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Zitrone waschen und Schale abreiben. Dill abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Abrieb, Dill und Salz über den Fisch geben.

1 Zitrone, Abrieb
Dillspitzen
Fleur de Sel Salzflöcken
Lavendelsalz

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Wilfried Neudecker

Adlerfischfilet auf Perlgraupen-Tomaten-Risotto mit Basilikum-Öl und Parmesan-Ring

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

- 2 Adlerfischfilets à 300 g, mit Haut (Loins aus dem Rücken)
- 2 Rispen Mini-Tomaten
- 1 Zitrone
- 1 Limette
- 2 Zweige Rosmarin
- 2 Zweige Thymian
- 100 g Mehl
- Olivenöl, zum Braten
- Butter, zum Braten
- Zucker, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle

Für das Basilikum-Öl:

- 200 ml Olivenöl
- 1 Bund Basilikum
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Parmesan-Ring:

- 100 g Parmesan, am Stück

Für das Graupen-Risotto:

- 100 g Perlgraupen, mittlere Größe
- 8 Scheiben Pancetta
- 1 Staudensellerie, mit Grün
- 2 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 150 g Parmesan
- 1 Dose gestückelte Tomaten
- 2 getrocknete Tomaten, in Öl
- 1 TL Tomatenmark
- 100 ml trockener Weißwein
- 100 ml Geflügelfond
- 100 ml Gemüfefond
- 1 TL getrockneten Oregano
- 1 TL getrockneten Basilikum
- 1 TL getrockneten Rosmarin
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Prise Piment d'Espelette

Den Ofen auf 50 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Adlerfisch abrausen, trockentupfen, in Rauten schneiden und auf der Hautseite einschneiden. Fisch in Olivenöl nur auf der Hautseite braten, zum Ende einen TL Butter zugeben und damit nappieren und mit Salz würzen. Aus der Pfanne nehmen und im Ofen warmhalten.

Naschperlen abrausen und trockentupfen. Tomaten in der Fischpfanne mit Rosmarin, Thymian, Salz und Zucker kurz anziehen lassen.

Basilikum abrausen, trockenwedeln und mit Olivenöl im Mixer pürieren. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Vom Parmesanstück mit einem Sparschäler flache Streifen abhobeln und in einer trockenen Pfanne zu einem Band schmelzen lassen.

Auf einem 7 cm Setzring zu einem Reif formen und fixieren. Erkalten lassen und vom Ring nehmen.

Schalotten abziehen und in feine Stücke schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Pancetta kleinschneiden und in Olivenöl in einem kleinen Topf anbraten. Schalotten und Knoblauch zufügen.

Wenn Schalotten glasig sind, die Graupen dazu geben und etwas mit andünsten. Tomatenmark hineingeben und mit Weißwein ablöschen. Staudensellerie waschen, trockentupfen und zusammen mit den getrockneten Tomaten zerkleinern und zufügen.

Nun die gestückelten Tomaten aus der Dose dazu geben, gut verrühren und einkochen lassen. Die Fonds und 500 ml Wasser erwärmen und immer wieder heiße Flüssigkeit zu den Graupen geben. Lorbeerblatt dazugeben. So lange köcheln lassen, bis die Graupen weich sind, aber noch Biss haben. Mit ganz wenig Salz, Pfeffer, Piment d'Espelette, Oregano, Basilikum und Rosmarin abschmecken. Zitrone waschen, trockentupfen und Abrieb in das Risotto geben. Zitrone halbieren und etwas Saft ebenfalls dazugeben.

Parmesan und Butter dazu geben, mit Sahne auf eine gute Konsistenz bringen und nochmals mit den Gewürzen abschmecken.

250 g Süßrahmbutter
100 ml Sahne
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Fischhaut am Ende kurz mit einem Flambierer abflämmen. Mit Blüten und Dill garnieren.
Verschiedenfarbige Stiefmütterchen-
Blüten
Dillspitzen

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Julia Popov

Griechisches Saganaki mit gebackenen Garnelen und Knoblauch-Fladenbrot

Zutaten für zwei Personen

Für das Knoblauch-Fladenbrot:

2 Eier
125 g Naturjoghurt, 3,5 %
300 g Mehl
½ Pck. Backpulver
Salz, aus der Mühle

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Aus Mehl, Backpulver, Joghurt, Eiern und Salz einen Teig kneten. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und mit einem Messer leicht einritzen.

Für die Fladenbrot-Marinade:

2 Knoblauchzehen
1 EL weißer Sesam
200 ml Olivenöl
4 Zweige krause Petersilie
Salz, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und pressen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Knoblauch mit Olivenöl, Petersilie und Salz vermischen. Mit dieser Marinade das Fladenbrot bepinseln, mit Sesam bestreuen und ca. 20 Minuten im vorgeheizten Ofen backen.

Für das Saganaki:

150 g Cherrytomaten
1 Schalotte
3 Knoblauchzehen
1 Zitrone
100 g Feta
1 Dose geschälte, gehackte Tomaten
100 ml Weißwein
2 cl Ouzo
1 TL getrockneter Oregano
Olivenöl, zum Braten
Chiliflocken, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Cherrytomaten waschen und halbieren. Schalotte und Knoblauch abziehen, Schalotte fein hacken und Knoblauch pressen. Beides zusammen in einer Pfanne mit Öl andünsten. Mit Weißwein ablöschen, kurz aufkochen lassen und frische sowie Dosen-Tomaten dazu geben. Für ca. 5 Minuten köcheln lassen. Zitrone halbieren, Saft auspressen und etwas dazugeben. Ouzo ebenfalls dazugeben. Mit Chiliflocken, Oregano, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Hälfte der Sauce in eine kleine Auflaufform füllen. Ein bisschen vom Feta darüber bröseln. Mit restlicher Sauce auffüllen und den Rest vom Feta darüber verteilen. Ca. 15 Minuten bei 200 Grad im Ofen garen.

Für die Garnelen und den Teig:

6 küchenfertige Riesengarnelen
200 ml Milch
1 EL neutrales Öl
120 g Mehl
30 g Speisestärke
1 TL Backpulver
Sonnenblumenöl, zum Frittieren
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Öl in einer Fritteuse oder einem Topf erhitzen. Garnelen von allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Mehl, Speisestärke, Milch, Backpulver, Öl und eine Prise Salz zu einem glatten Teig verrühren und ca. 5 Minuten quellen lassen.

Nun die Garnelen am äußersten Schwanzende nehmen und durch den Teig ziehen. Von allen Seiten in einer Fritteuse goldgelb frittieren. Anschließend auf das Saganaki setzen.

Für die Garnitur:

½ Bund krause Petersilie

Petersilie abbrausen, trockenwedeln, feinhacken und das Saganaki damit bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Christian-Johannes Weigl

Lammlachs mit Kräutertopping, Rotwein-Jus, Ricotta-Gnocchi und mediterranem Gemüse

Zutaten für zwei Personen

Für die Gnocchi:

250 g Ricotta
1 Ei
50 g Parmesan
4 EL Mehl
Butter, zum Schwenken
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 220 Grad Umluft vorheizen.

Ei trennen. Parmesan reiben. Ricotta mit dem Eigelb in einer Schüssel glattrühren. Mehl und Parmesan unterheben. Teig mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskatnuss sehr würzig abschmecken. Falls der Teig zu klebrig ist, noch etwas Mehl beifügen. Teig in Frischhaltefolie wickeln und im Kühlschrank mindestens 10 Minuten ruhen lassen.

Teig teilen und falls nötig, noch etwas Mehl zufügen. Auf einer mit reichlich Mehl bestäubten Arbeitsfläche zu Rollen von etwa 2 cm Durchmesser formen. Die Rollen in 2 cm große Stücke schneiden und diese zu Kugeln formen. Die Kugeln über die Rückseite einer Gabel rollen.

In einem Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Gnocchi hineingleiten lassen und ca. 2-3 Minuten kochen, bis sie nach oben steigen. Topf vom Herd nehmen und noch weitere 4-5 Minuten gar ziehen lassen.

Die fertigen Gnocchi kurz vor dem Anrichten in einer Pfanne in zerlassener Butter schwenken.

Für das Kräutertopping:

1 Knoblauchzehe
125 g Butter
1 EL Olivenöl
½ Bund glatte Petersilie
2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian
1 TL Kräuter der Provence
1 Prise Salz

Kräuter abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch abziehen. Butter, Knoblauch, Petersilie, Rosmarin, Thymian, Kräuter der Provence, Olivenöl und Salz in einen Mixer geben und daraus eine Kräuterbutter herstellen. In Frischhaltefolie wickeln und im Gefrierfach zwischengelagern.

Für das Lamm:

2 Lammlachse
2 EL geschälte Pistazien
4 EL Pankomehl
1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Lamm mit Salz und Pfeffer würzen und in ein wenig Olivenöl mit Rosmarin und Thymian rundherum scharf anbraten.

Pistazien zerkleinern.

Lammlachse jeweils mit 1 EL Pankomehl bestreuen. Kräuterbutter aus dem Gefrierfach nehmen und auf den Lammlachsen verteilen. Erneut je 1 EL Pankomehl auf der Kräuterbutter verteilen. Die Lammlachse für ca. 5-6 Minuten in den Ofen geben bis zum gewünschten Gargrad.

Lamm aus dem Ofen nehmen und ruhen lassen.

Kurz vor dem Servieren Fleisch in Tranchen schneiden und mit einer Prise Salz und den zerkleinerten Pistazien betreuen.

Für den Rotwein-Jus: Schalotten abziehen und klein hacken. Schalotten mit Rotwein, Portwein, Thymian und Rosmarin einkochen, passieren und mit kalten Butterwürfeln binden. Mit Balsamico, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

4 Schalotten
100 g kalte Butter
200 ml Rotwein
100 ml roter Portwein
1 Spritzer Balsamico
2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin
1 Prise Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Gemüse: Schalotte abziehen und klein hacken. Die rote Paprika schälen. Zucchini, Aubergine und geschälte Paprika in ca. 0,5 cm große Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und pressen. Kräuter sehr klein hacken. Kirschtomaten und Oliven in ca. 1 cm breite Scheiben schneiden. Das gewürfelte Gemüse bis auf die Kirschtomaten und die Oliven in Olivenöl anschwitzen, gehackten Rosmarin und Thymian und etwas Gemüsefond hinzufügen und halb garen. Erst kurz vor dem Anrichten Oregano, Kirschtomaten und Oliven hinzufügen und alles fertig garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

½ kleine grüne Zucchini
½ gelbe Zucchini
½ Aubergine
½ rote Paprika
5 Kirschtomaten
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
8 grüne entsteinte Oliven, aus dem Glas
250 ml Gemüsefond
2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian
1 Zweig Oregano
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Thomas Neumann

Thunfisch-Tatar und gebratene Jakobsmuschel mit mediterranem Gemüsesalat und selbstgebackenem Olivenbrot

Zutaten für zwei Personen

Für den Salat:

- 3 Artischockenherzen, in Öl oder Lake
- 1 Stange Staudensellerie, mit Grün
- 1 Blumenkohl
- 1 getrocknete milde Chilischote
- 1 Zitrone, 2 EL Saft
- 1 Orange, ½ TL Schale
- 1 EL Butter
- 80 ml Gemüsesfond
- 2 EL mildes Olivenöl
- Zucker, zum Abschmecken
- Chili, aus der Mühle
- Salz, aus der Mühle

Den Ofen auf 220 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Artischocken abtropfen lassen und vierteln. Sellerie putzen und das Selleriegrün beiseitelegen. Die Stangen sehr schräg in 1 bis 1½ cm breite Stücke schneiden. Mit dem Fond in einen Topf geben, ein Blatt Backpapier darauflegen und den Sellerie knapp unter dem Siedepunkt etwa 10 Minuten gerade weich dünsten.

Blumenkohl waschen, Röschen abtrennen und ca. 100 g Röschen in etwa ½ cm dicke Scheiben schneiden. Eine große Pfanne sanft erhitzen und Butter darin aufschäumen lassen, die Blumenkohlscheiben portionsweise bodenbedeckt goldbraun anbraten, wenden und fertig braten, dann herausnehmen und beiseitestellen. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Artischocken, Sellerie und Blumenkohl in eine Schüssel geben. Zitronensaft und Olivenöl hinzufügen, das beiseitegelegte Selleriegrün fein hacken und mit der Orangenschale hinzufügen. Chilischote in einem Mixer zerkleinern. Den Salat mit Chili, Salz und 1 Prise Zucker würzen.

Für das Brot:

- 60 g schwarze Oliven, ohne Kerne
- 60 g grüne Oliven, ohne Kerne
- 50 ml Olivenöl
- 200 g Dinkelmehl
- 1 Würfel Hefe
- 1 EL getrockneter Thymian
- 1 TL Salz

Mehl sieben und mit der Hefe mischen. 150 ml lauwarmes Wasser, Salz und Öl hinzufügen und alles gleichmäßig zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Teig zugedeckt in einer Schüssel an einem warmen Ort kurz gehen lassen. Schwarze und grüne Oliven - bis auf ca. 6 Stück - kleinschneiden. Teig gut durchkneten und die klein geschnittenen Oliven dabei unterkneten. Dann den Teig zu einem großen Brot in eine passende Form geben. Nochmals gehen lassen. Die restlichen Oliven oben ins Brot drücken und mit Thymian bestreuen. Das Brot 20 Minuten goldbraun backen und auf einem Gitter auskühlen lassen.

Für das Tatar:

- 100 g Thunfischfilet, ohne Haut
- 2 TL eingelegter Ingwer
- 1 Limette (Saft & Abrieb)
- 2 EL mildes Olivenöl
- 2 Zweige Koriander
- 2 Stiele Schnittlauch
- Chili, aus der Mühle
- Salz, aus der Mühle

Thunfisch waschen, trocken tupfen und in 4 bis 5 mm kleine Würfel schneiden. Ingwer abtropfen lassen und klein hacken. Beides in einer Schüssel mit Olivenöl, Koriandergrün, Schnittlauch, Limettensaft und Limettenschale mischen. Mit Chili und Salz abschmecken.

Für die Jakobsmuscheln: Jakobsmuscheln waschen und trocken tupfen. Eine kleine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen, die Jakobsmuscheln knapp 1 Minute anbraten. Dann wenden und ½ Minute weiterbraten, die Pfanne vom Herd nehmen und die Jakobsmuscheln in der Nachhitze der Pfanne noch etwa 1 Minute durchziehen lassen. Mit Sesam bestreuen und mit Chili und Salz würzen.

4 küchenfertige Jakobsmuscheln, ohne Corail
1 TL helle Sesamsamen
1 TL schwarze Sesamsamen
½ TL Olivenöl
Chili, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle

Für die Mayonnaise: Knoblauchzehe abziehen und in ein hohes Gefäß geben. Ei, Salz und Sonnenblumenöl dazugeben und etwas ziehen lassen. Mit einem Stabmixer zu einer cremigen Mayonnaise mixen.

½ Knoblauchzehe
1 Ei
200 ml Sonnenblumenöl
1 Prise Salz

Für die Garnitur: Kräuter abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Als Garnitur verwenden.

2 Zweige Basilikum
2 Zweige Dill

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Nelson Müller

Rochenflügel mit Oliven-Kartoffelpüree und Tomaten-Kapern-Vinaigrette

Zutaten für zwei Personen

Für den Rochenflügel:

300 g küchenfertiges Rochenflügelfilet
50 g Butter
2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin
3 EL Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Rochenflügelfilets in 4 x a 75 g Portionen portionieren. Pfanne erhitzen, Öl hinzugeben und den Rochenflügel bei mittlerer Hitze 3-4 Minuten braten. Butter und Kräuter hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Püree:

300 g Kartoffeln
30 g Kalamata Oliven
120 g Butter
200 ml Olivenöl
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in Salzwasser garen, abschütten kurz ausdampfen lassen und durch die Kartoffelpresse drücken. Mit Olivenöl und Butter mischen und mit Salz und Muskat würzen. Die Oliven fein schneiden und unter das Püree mischen.

Für die Vinaigrette:

12 Kirschtomaten
1 Knoblauchzehe
2 EL Kapern
1 Limette
1 EL mittelscharfer Senf
12 EL Olivenöl
4 EL dunkler Balsamico Essig
4 Zweige Basilikum
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und kleinschneiden. Knoblauch, Balsamico Essig, Senf und Zucker in ein hohes Gefäß geben, mit dem Zauberstab langsam das Öl hineinlaufen lassen bis eine Emulsion entstanden ist. Kapern hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kirschtomaten halbieren und mit der Kapern-Vinaigrette vermischen und den Basilikum feinschneiden und dazu geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.