

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 06. August 2020** ▪
Warenkorb „Kabeljau, Shiitake, Pistazien“ mit Alfons Schuhbeck



Lily Meier

**Ravioli mit Shiitake-Ricotta-Pistazien-Füllung,
gebratenem Kabeljaufilet und Thymianbutter**

Zutaten für zwei Personen

Für die Ravioli-Füllung:
6 Shiitake
250 g Ricotta
1 Ei
20 g Parmesan
100 g geschälte Pistazien
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Shiitake putzen und mit den Pistazien kleinhacken. Kurz in der Pfanne anrösten. 2 EL Parmesan reiben und das Ei trennen. Ricotta, Eigelb, Parmesan, Shiitake und Pistazien vermengen. Mit viel Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Ravioli-Teig:
200 g Mehl
3 Eier
2 EL Rapsöl
Salz, aus der Mühle
Mehl, für die Arbeitsfläche

Mehl mit 2 Eiern, Öl und etwas Salz zu einem Teig kneten und ruhen lassen. Danach mit einer Nudelmaschine hauchdünn ausrollen und auf der Arbeitsfläche auslegen. Kleine Häufchen der Füllung auf dem Teig mit Abständen verteilen und Vierecke ausstechen. Die Ränder gut verschließen. Drittes Ei trennen, die Ränder mit Eiweiß bestreichen und mit einer Gabel andrücken. Die Ravioli circa 3 Minuten in leicht kochendes Wasser geben.

Für den Kabeljau:
200 g Kabeljaufilet, mit Haut
200 g Butter
Rapsöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kabeljau waschen und trockentupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in der Pfanne in Öl langsam braten. Butter hinzugeben und darin ziehen lassen.

Für die Thymianbutter:
2 Thymianzweige
150 g Butter

Butter in der Pfanne schmelzen. Thymian abbrausen, trockenwedeln und die Blätter in die Butter streuen. Gekochte Ravioli aus dem Wasser nehmen und zum Schluss in der Thymianbutter schwenken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Helga Schneider

Pochiertes Kabeljaufilet und pochierte Shiitake mit Ricotta-Limetten-Sauce, Zucchini-Nudeln und Pistazien-Couscous

Zutaten für zwei Personen

Für den pochierten Kabeljau mit Shiitake:

2 Kabeljaufilets, mit Haut
200 g Shiitake
1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe
200 ml Gemüsefond
100 ml trockener Weißwein
3 Zweige glatte Petersilie
50 g Butter
Neutrales Öl, zum Anbraten
Chili, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Shiitake säubern und bei hoher Temperatur in einer Pfanne mit Öl ca. 3 Minuten anbraten, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ein paar Pilze für die Garnitur aufbewahren.

Zwiebel abziehen und würfeln. Knoblauch abziehen und würfeln. Zwiebel und Knoblauch in einer Pfanne mit Butter anschwitzen und mit Weißwein ablöschen. Gemüsefond zugeben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und zugeben. Alles aufkochen, mit Butter verfeinern und mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken.

Die Fischfilets waschen, trockentupfen und in den Weißwein-Sud legen. Bis auf einen kleinen Rest, die gebratenen Pilze ebenfalls in den Sud geben. Von der Hitze nehmen und den Fisch 6 Minuten in der Flüssigkeit pochieren. Fisch und Shiitake mit etwas Sud auf Tellern geben. Die gebratenen Shiitake zum Garnieren verwenden.

Für den Pistazien-Couscous:

125 g Couscous
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone
40 g Pistazien
150 g Gemüsefond
30 g Parmesankäse
1 kleines Bund Petersilie
1 TL Ajvar
Olivenöl, zum Anbraten
Chili, aus der Mühle

Öl auf mittlerer Hitze erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch abziehen, kleinschneiden und anbraten. Gemüsefond dazugeben und zum Kochen bringen. Couscous einrühren, den Topf abdecken und vom Herd nehmen. Couscous danach auflockern.

Pistazien mittelfein hacken, die Petersilie abbrausen, trockentupfen und fein hacken. Zitronenschale abreiben und den Saft auspressen. Parmesan reiben. Zitronenabrieb- und Saft mit Pistazien, Petersilie und Parmesan mischen und mit Chili, Pfeffer und Ajvar abschmecken. Pistazien-Mischung anschließend unter den Couscous heben.

Für die Ricotta-Limetten-Sauce:

125 g Ricotta
125 g Schlagsahne
100 ml Gemüsefond
1 Knoblauchzehe
½ Limette
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und hacken. Gemüsefond, Sahne und Knoblauch in einem Topf etwa 5 Minuten köcheln lassen. Limette auspressen und 2 EL davon mit dem Ricotta dazugeben. Alles zusammen kurz aufkochen lassen. Mit dem Stabmixer mixen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Zucchini-Nudeln:

300 g Zucchini
1 Knoblauchzehe
1 Schalotte
30 g Butter
1 TL Olivenöl

Knoblauch und Schalotte abziehen. Zucchini mit dem Sparschäler in dünne Streifen schneiden. Zucchini-Nudeln mit Knoblauch und Schalotte in einer Pfanne mit Öl und Butter braten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Mattan Shelomo

Selbstgemachter Taco mit knusprigem Kabeljau, Shiitake, Zucchini-Ricotta-Dip und Mango-Pistazien Salsa

Zutaten für zwei Personen

Für den Taco:

100 g Mehl
1 EL neutrales Öl
1,5 L Frittieröl
1 Prise Salz

Das Mehl, Salz und Öl gut vermischen und 1-2 EL heißes Wasser zugeben, bis ein fester Teig entsteht. Den Teig in 5 kleine Portionen aufteilen und jeweils kreisförmig mit einem Nudelholz ausrollen. Alternativ eine Tortillapresse verwenden.

Die Teigkreise anschließend mit einer Gabel löchern, so dass die Luft beim frittieren rauskommen kann. Die Tacos in Öl frittieren und währenddessen mithilfe von zwei Pfannenwendern in Taco-Form bringen. Die Tacos auf Küchenpapier ruhen lassen.

Für den Fisch:

250 g Kabeljaufilet ohne Haut
1 Ei
60 g Mehl
Neutrales Öl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
120 ml Eiswasser

Fisch waschen und trockentupfen. In Streifen schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Schüssel eiskaltes Wasser und Ei verrühren. Das Mehl anschließend schrittweise hinzugeben und die Fischstreifen damit überziehen. Zum Schluss die Fischstreifen in einer Pfanne in Öl für 2-3 Minuten braten.

Für die Shiitake:

400 g Shiitake
2 EL Olivenöl
1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 160 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und hacken. Die Pilze putzen, mit Olivenöl, Rosmarin, Salz und Pfeffer marinieren und im Ofen für 15 Minuten garen. Einen Teil der Shiitake in den Ricotta-Zucchini-Dip rühren (siehe unten), die übrigen Pilze für die Taco-Füllung bereitlegen.

Für die Garnitur Petersilie abbrausen, trockenwedeln, hacken und bis zum Anrichten zur Seite stellen.

Für den Ricotta-Zucchini-Dip:

120 g Ricotta
1 Schalotte
½ Zucchini
2 EL Ajvar
1 Rosmarinzweig
1 Thymianzweig
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schalotte abziehen, in dünne Streifen schneiden und in Öl glasig anbraten. Zucchini fein hacken und dazugeben. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und jeweils einen TL klein hacken. Zucchini-Schalotten-Mischung mit den übrigen Shiitake (siehe oben), Ricotta, Kräutern, Ajvar, Salz und Pfeffer vermengen.

Für die Mango-Pistazien-Salsa: Mango entkernen und würfeln. Zwiebel abziehen und würfeln. Den Saft einer halben Limette auspressen. Knoblauch abziehen und fein schneiden. Pistazien hacken. Mango, Zwiebeln, Pistazien, Limettensaft, Knoblauch und Weißweinessig gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 1 Mango
- 20 g Pistazien
- 1 Zwiebel
- 1 Limette
- 2 Knoblauchzehen
- 1 EL Weißweinessig
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Zitronensaft auspressen, Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken.

- 1 Zitrone
- 1 Zweig glatte Petersilie

Die Tacos mit dem Ricotta-Zucchini-Dip bestreichen, mit Mango-Pistazien-Salsa und übrigen Shiitakepilzen auffüllen und mit dem knusprigen Fisch belegen. Mit etwas Zitronensaft beträufeln, mit Petersilie garnieren und servieren.

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 06. August 2020 ▪
Zusatzgericht von Alfons Schubbeck



Gebratenes Kabeljaufilet auf Shiitake-Zucchini-Mango Salat mit Limoncello-Dressing

Zutaten für zwei Personen

Für den Kabeljau:
2 Kabeljaufilets à 120 g, mit Haut
½ TL neutrales Öl
Olivenöl, zum Abschmecken
Mildes Chilisalz, zum Würzen

Das Öl in eine Pfanne geben und erhitzen. Kabeljaufilets waschen, trockentupfen und in der Pfanne zunächst auf der Hautseite langsam braten, dann wenden und von der anderen Seite fertig garen. Vor dem Servieren Fisch mit etwas Olivenöl beträufeln und mit Chilisalz würzen.



**PROFI
TIPP**

Um festzustellen, wann der perfekte Zeitpunkt ist, den Fisch in der Pfanne zu wenden, legen Sie einfach Ihren kleinen Finger auf das Fischfilet in der Pfanne. Sobald sich der Fisch etwas warm anfühlt, können Sie ihn umdrehen und sanft von der anderen Seite fertig garen.

Für den Salat:
3 Shiitake
½ Zucchini
½ reife Mango
1 Zitrone
1 Knoblauchzehe
2 cm Ingwer
2 EL Limoncello
2 Zweige Rosmarin
2 EL mildes Olivenöl
Neutrales Öl, zum Anbraten
Mildes Chilisalz, zum Würzen

Zucchini waschen, trockentupfen und in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zucchini darin einige Minuten anbraten, dann wenden. Knoblauch abziehen und halbieren. Ingwer in Scheiben schneiden. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch, Ingwer und Rosmarin zum Aromatisieren mit in die Pfanne geben. Angebratene Zucchinis Scheiben aus der Pfanne nehmen und auf einen vorgewärmten Teller legen. Shiitake putzen und halbieren. Zu den Aromaten in die Pfanne geben, etwas Öl hinzugeben und ebenfalls anbraten. Anschließend zu den Zucchinis Scheiben auf den Teller geben. Zitrone unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Dann die Zitrone halbieren und 1 EL Saft auspressen. Zitronenabrieb und -saft, etwas Wasser, 2 EL Olivenöl und Limoncello verrühren und mit Chilisalz abschmecken. Marinade über die Zucchini und Shiitake geben.

Mango schälen, Fruchtfleisch vom Kern schneiden, dann in Spalten schneiden und ebenfalls auf dem Teller verteilen.

Für die Garnitur:
1 EL Ajvar
2 TL Pistazien
1 Zweig Rosmarin

Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Rosmarin, Pistazien und Ajvar zum Dekorieren verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.