

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 23. März 2021** ▪
Vorspeise mit Johann Lafer



Susanne Zeiler

St.-Petersfisch-Suppe mit Blumenkohl-Puffer

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe:

- 2 St. Petersfischfilets (im Handel bekannt unter Tilapiafilets)
- 2 Zwiebeln
- 3 türkische Paprika (dolmalik biber)
- 1 EL Tomatenmark
- 400 g passierte Tomaten
- 1 EL roter Aceto Balsamico
- 500 ml Gemüsefond
- 2 EL Worcestersauce
- 1 EL Agavendicksaft
- 1 Zweig Basilikum
- 1 Zweig Blattpetersilie
- 1 Zweig Paprikapulver
- ½ TL Tschubritza
- Neutrales Öl, zum Braten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebeln abziehen, klein schneiden und in der Pfanne mit etwas Öl glasig schmoren. Etwas Tomatenmark hinzugeben.

Paprika schälen, von Kernen und Scheidewänden befreien, klein schneiden und mit dazugeben. Alles eine Weile schmoren lassen.

Basilikum und Blattpetersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Fischfilets waschen, trockentupfen, klein schneiden und zu den anderen Zutaten hinzugeben. Passierte Tomaten, Worcestersauce und Gemüsefond hinzufügen. Mit Balsamico, Agavendicksaft, Petersilie, Basilikum, Tschubritza, Paprikapulver, Salz, Pfeffer abschmecken



Möchten Sie einen St. Petersfisch kaufen, empfiehlt die Umweltschutzorganisation WWF St. Petersfische aus dem Fanggebiet um die **Azoren im Nordostatlantik FAO 27**, die mit **Handleinen** gefangen wurden. Akzeptabel sind außerdem St. Petersfische, die im **mittleren Ostatlantik FAO 34 bei Marokko** mit **Schleppangeln und Handleinen** gefangen wurden sowie Fische aus der **Küste Portugals (Nordostatlantik FAO 27)**, die mit Handleinen und Grundlangleinen gefangen wurden.

Für die Puffer:

- 500 g Blumenkohl
- ¼ Chillischote
- 1 Schuss Milch
- 1 Ei
- 100 g Mehl
- ½ TL Kurkumapulver
- ½ TL Kreuzkümmel
- Muskatnuss, zum Reiben
- Pflanzenöl, zum Ausbacken
- Butter, zum Ausbacken

Die Chilischote waschen, trockentupfen, halbieren, putzen und klein würfeln. Muskatnuss reiben und eine Messerspitze auffangen.

Blumenkohl abbrausen, putzen, in Röschen teilen und klein hacken. Mehl mit Milch, Kurkuma, Kreuzkümmel, Salz und Muskat glattrühren. Ei unterrühren, dann Blumenkohl und Chili untermischen.

Von der Masse pro Plätzchen jeweils 1-2 EL in eine heiße, beschichtete Pfanne geben, mit 2-3 EL Öl oder Butter anbraten und flach drücken. 3-4 Minuten goldbraun braten, wenden und in 3-4 Minuten goldbraun fertig backen.

Für die Garnitur: Tomaten waschen, trockentupfen, vierteln und das Gericht damit garnieren.
8 kleine Tomaten

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.