

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 24. Mai 2022 ▪  
Vorspeise mit Mario Kotaska



Patrick Steuber

**Roh marinierter Thunfisch mit Granny Smith, Staudensellerie, Kräutersud und Tempura-Garnele**

Zutaten für zwei Personen

**Für den Thunfisch:**

200 g Thunfisch, ohne Haut, Sushi Qualität  
1 Granny Smith Apfel  
3 Stangen Staudensellerie  
1 Zitrone, davon Saft  
1 EL Zitronenöl  
2 EL Olivenöl  
Pink Salt Flakes, zum Würzen  
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Den Thunfisch in feine Streifen schneiden und in eine Schale geben. Apfel erst in feine Scheiben, dann in Streifen schneiden. Staudensellerie mit einem Sparschäler schälen und mit den Enden die restlichen Fäden ziehen. Staudensellerie in sehr feine Würfel schneiden. Zitrone halbieren und Saft auspressen.

Thunfisch, Apfel und Sellerie mit Zitronensaft, Zitronenöl, Olivenöl, Salt Flakes und Pfeffer abschmecken.



Sollten Sie **Thunfisch** verarbeiten wollen, dann sollten Sie auf WWF auf folgende Fische aus folgenden Gebieten zurückgreifen (Stand: März 2022):

- **Thunfisch, Echter Bonito, Skipjack:** Westpazifik FAO 61, 71, 77, 81 (Handleinen und Angelleinen)
- **Thunfisch, Gelbflossenthun:** Westlicher und Mittlerer Pazifik FAO 61, 71, 77, 81 (Handleinen und Angelleinen)
- **Thunfisch, Grossaugenthun:** Westlicher und mittlerer Pazifik FAO 61, 71, 77, 81 (Handleinen und Angelleinen)
- **Thunfisch, Weisser Thun:** Südostpazifik FAO 71, 77, 81, 87 (Handleinen und Angelleinen, Schleppangeln); Nördlicher und mittlerer Atlantik FAO 21, 27, 31, 34 (Schleppangeln); Atlantik 21, 27, 31, 34, 41, 47 (Handleinen und Angelleinen); Nordostatlantik FAO 27: Keltische See (VII) und Biskaya (VIII) (Pelagische Zweischiifschleppnetze)

**Für den Kräutersud:**

8 Zweige Estragon  
8 Zweige glatte Petersilie  
8 Zweige Basilikum  
1 Bund Schnittlauch  
400 ml Pflanzenöl  
Ahornsirup, zum Abschmecken  
Reisessig, zum Abschmecken  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Estragon, Petersilie, Basilikum und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und grob zerkleinern. Das Öl in einem Topf auf ca. 60 Grad erhitzen. Das Öl und die Kräuter in einen Standmixer geben und alles fein mixen. Danach das Öl durch ein feines Sieb passieren und mit Ahornsirup, Reisessig, Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für das Topping:**  
1 Stange Staudensellerie  
1 Granny Smith Apfel  
1 Zitrone, davon Saft  
Salz, aus der Mühle

Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Staudensellerie schälen, in dünne Scheiben schneiden und mit Salz und etwas Zitronensaft marinieren. Mit dem Parisienne-Ausstecher einige Kugeln aus dem Apfel ausstechen und ebenfalls mit Zitronensaft marinieren.

**Für die Garnele:**  
4 küchenfertige Garnelen, ohne Schale  
1 Ei, Größe L  
Currypulver, zum Würzen  
80 g Weizenmehl  
40 g Speisestärke  
5 g Backpulver  
300 ml Pflanzenöl  
Salz, aus der Mühle

Garnelen abspülen und trockentupfen. Wenn noch vorhanden, den Darm am Rücken der Garnele entfernen. Dann die Garnelen kräftig mit Salz und Currypulver würzen.

Weizenmehl, Speisestärke, Backpulver, 180 ml eiskaltes Wasser und das Ei zu einem glatten Teig verrühren.

Garnelen in den Teig tauchen und bei ca. 170 Grad knusprig und goldbraun ausfrittieren.

Nach dem Frittieren die Garnelen auf einem Küchenpapier abtropfen lassen und zum Anrichten bereitstellen.



Laut WWF ist die tropische **Garnele** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand Mai 2022):

- 1. Wahl: Weltweit (Aquakultur: Bio oder ASC zertifiziert)
- 1. Wahl: Südostasien (Aquakultur: Zucht in Zero-Input Systemen)
- 1. Wahl: Europa (Aquakultur: Rezirkulierende Kreislaufanlagen mit Biofloc)

**Für die Garnitur:**  
1 Beet rote und grüne Kresse  
1 Prise Piment d' Espelette  
1 Prise Chiliflocken

Gericht mit Kresse garnieren und mit Piment d'Espelette und Chiliflocken würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.