

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 23. September 2024 ▪
Leibgerichte mit Nelson Müller



Alexander Springer

**Konfierter Kabeljau „Steirische Art“ mit Wurzelgemüse,
Erbsen-Pfifferling-Risotto und Fenchel-Orangen-Salat**

Zutaten für zwei Personen

Für den Kabeljau:

2 Kabeljaufilet mit Haut
1 Liter trockener Weißwein
500 ml Hühnerfond
250 ml Himbeeressig
3 Lorbeerblätter
10 Pfefferkörner
50 ml Kürbiskernöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Weißwein, Fond und Himbeeressig zusammen mit Lorbeer, Pfefferkörnern und Salz kurz aufkochen und ziehen lassen. Einen Schuss Kürbiskernöl hinzugeben. Fisch in den Sud legen und für 15 Minuten darin ziehen lassen. Nach dem Konfieren die Haut vom Fisch lösen.

Für das Gemüse:

2 gelbe Karotten
2 orangene Karotten
2 violette Karotten
100 g Sellerie
10 cm frischer Meerrettich
Butter, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Karotten und Sellerie schneiden und in Stifte schneiden. Anschließend kurz in Butter anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Vor dem Servieren mit frisch geriebenem Meerrettich garnieren.

Für das Risotto:

100 g Carnaroli-Risottoreis
50 g Pfifferlinge
100 g tiefgekühlte Erbsen
1 Bund Frühlingszwiebeln
2 Schalotten
120 g Parmesan
250 g Butter
500 ml trockener Weißwein
1,5 Liter Rinderfond
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotten abziehen, fein schneiden und in Butter goldgelb rösten.

Frühlingszwiebeln putzen und in feine Röllchen schneiden. Ebenfalls in Butter rösten. Reis hinzugeben, kurz anbraten, mit Rindsuppe ablöschen, immer wieder nachgießen. Zeitgleich Erbsen und Pfifferlinge kurz in Butter anbraten und zur Seite stellen. Parmesan reiben und kurz vor dem Servieren zusammen mit den Erbsen und Pfifferlingen zum Reis geben. Abschließend kalte Butter unterheben.

Für den Salat: Fenchel putzen und fein schneiden. Kurz blanchieren und eiskalt abschrecken. Orangen filetieren. Aus Essig, Öl, Salz und Pfeffer eine Marinade herstellen und Fenchel und Orange darin ziehen lassen.
2 Fenchelknollen
1 Orange, Frucht
50 ml Himbeeressig
50 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Granatapfelkerne auslösen.
½ Granatapfel

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist der **Kabeljau** nur bedingt zu empfehlen. Wenn er auf dem Teller landet, dann sollte er aus folgenden Fanggebieten stammen (Stand September 2024):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Barentssee, Norwegische See, Spitzbergen, Bäreninsel ("Nordostarktis" - ICES 1,2), Langleinen, Stellnetze-Kiemennetze
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Island (ICES 5.a), Langleinen, Grundschieppnetze
- 2. Wahl: Nordpazifik FAO 61, 67: Beringsee (USA), Wildfang