

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 25. November 2024** ▪
Tagesmotto „10 Zutaten“ mit Nelson Müller

Geschenkte Zutaten: Pflanzenöl, Wasser, Salz und schwarzer Pfeffer

1. Steinbeißerfilet
2. Tigergarnele
3. Jakobsmuschel
4. Lauch
5. Knoblauch
6. Krustentierfond
7. Olivenöl
8. Sternanis
9. Piment d'Espelette
10. Safranfäden



Svetozar Savić

**Bouillon mit Steinbeißer, Garnelen, Jakobsmuscheln,
Laucheinlage und Lauch-Chips**

Zutaten für zwei Personen

Für die Bouillon:

250 g Steinbeißerfilet, ohne Haut
2 große Tigergarnelen, küchenfertig,
ohne Schale & Darm
2 Jakobsmuscheln, küchenfertig
1 Stange Lauch, mit grünen Blättern
1 Knoblauchzehe
500 ml Krustentierfond
Olivenöl, zum Anschwitzen
1 Sternanis
5 g Safranfäden
Piment d'Espelette, nach Geschmack
Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Heißluft vorheizen.

Lauch gründlich putzen, waschen und den weißen Teil fein würfeln.
Knoblauch abziehen und ebenfalls fein würfeln.

In einem Topf einen Esslöffel Olivenöl erhitzen und den Lauch sowie den Knoblauch sanft anschwitzen. Mit Krustentierfond ablöschen und Sternanis, Salz und Safranfäden hinzufügen. Das Ganze bei schwacher Hitze etwa 15 Minuten köcheln lassen.

Steinbeißerfilet kurz abwaschen, trocken tupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Fischstücke in den Fond geben und bei mittlerer Hitze 5–6 Minuten ziehen lassen, bis sie zart sind.

In die Jakobsmuscheln ein Muster mit dem Messer reinschneiden.
Garnelen und Jakobsmuscheln in einer separaten Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Garnelen und Jakobsmuscheln kurz anbraten, bis sie schön goldbraun sind. Dann beiseitestellen. Die Suppe abschließend mit Salz und Piment d'Espelette verfeinern.

Für die Einlage:

1 Stange Lauch
Krustentierfond, zum Ablöschen
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Eiswasser

Lauch sehr gut waschen. Dann das Weiße in etwa 1 cm dicke Ringe schneiden. Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und einen Esslöffel Olivenöl hinzugeben. Sobald das Öl heiß ist, die Lauchringe in die Pfanne legen und anbraten, bis sie an den Rändern eine leichte Bräunung entwickeln. Danach die Hitze auf eine niedrige Stufe reduzieren, mit etwas Fond ablöschen und die Pfanne mit einem Deckel abdecken. Die Lauchringe 10-15 Minuten bei schwacher Hitze schmoren lassen, bis sie

weich und aromatisch sind. Gelegentlich umrühren, damit sie gleichmäßig garen und nicht anbrennen.

Lauchgrün der Länge nach schneiden und in Julienne schneiden. Einen Topf mit leicht gesalzenem Wasser zum Kochen bringen und die Lauchstreifen etwa 30 Sekunden bis 1 Minute blanchieren. Mit einer Schaumkelle aus dem Wasser nehmen und sofort in eine Schüssel mit Eiswasser geben, damit der Lauch seine Farbe behält. Anschließend gut abtropfen lassen und bei Bedarf auf Küchenpapier trocken tupfen. Beides dekorativ in tiefen Suppenschalen anrichten.

Für die Chips:
Grünes Lauchblatt, von oben
Olivenöl, zum Beträufeln
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Grünes Lauchblatt waschen und in breite Chips schneiden. Mit Salz, Pfeffer und etwas Olivenöl würzen, dann zwischen zwei Lagen Backpapier legen, beschweren und im vorgeheizten Ofen bei 160 Grad für ca. 15 Minuten backen, bis sie knusprig sind. Chips dekorativ in den Suppenschalen anrichten.

Das Gericht in Suppenschalen anrichten, Bouillon in eine Karaffe füllen, daneben stellen und servieren.



Laut WWF ist **Steinbeißer** aktuell nur bedingt zu empfehlen. Achten Sie beim Kauf auf folgendes Fanggebiet (Stand November 2024):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27 : Island (5.a) Wildfang (alle Fangmethoden)

Tropische Garelen können Sie aus folgenden Fanggebieten kaufen (Stand November 2024):

- 1. Wahl: Vietnam, Aquakultur: Bio-Aquakultur, White Tiger Garnele (*Penaeus vannamei*) und Tiger-Garnele (*Penaeus monodon*)
- 1. Wahl: Europa, Aquakultur: Kreislaufanlagen mit Biofloc-Technologie

Jakobsmuscheln können laut WWF unbedenklich aus folgendem Fanggebiet gekauft werden (November 2024):

- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Norwegen, Irland, Großbritannien, Frankreich, mit der Hand gesammelt