

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

Geschenkte Zutaten: Pflanzenöl, Wasser, Salz und schwarzer Pfeffer

1. Lachsfilet
2. Noriblatt
3. Apfel
4. Rettich
5. Belugalinsen
6. Ingwer
7. Koriander
8. Shiso-Kresse
9. Helle Misopaste
10. Weißer Zucker



Tung Nguyen

Lachsfilet im Noriblatt mit Miso-Apfel-Sud, geschmortem Rettich, Rettich-Apfel-Streifen mit Ingwer, Belugalinsen und Lachshaut-Chip

Zutaten für zwei Personen

Für das Lachsfilet im Noriblatt:

400 g Lachsfilet, mit Haut
6 geröstete Noriblätter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Haut vom Lachsfilet entfernen und zur Seite legen.

Lachsfilet in lange Streifen von ca. 2 cm dicke schneiden.

Fünf Noriblätter in einem Multizerkleinerer mixen.

Lachs-Streifen mit gemahlene Noriblättern gut „mehlieren“ und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das letzte Noriblatt auf eine Folie legen, Lachs-Streifen auf das Noriblatt legen und einrollen. Die Rolle sollte ca. 5 bis 7 cm dick sein. Rolle in einen Vakuumbbeutel geben, vakuumieren und im Wasserbad bei 58 Grad 30 Minuten garen. Nach 30 Minuten, die Rolle herausholen und in ca. 3 cm dicke Scheiben schneiden.

Für den Miso-Apfel-Sud:

4 Äpfel, Braeburn
3 Scheiben Ingwer
1 EL helle Misopaste
Salz, zum Abschmecken

Äpfel entsaften. Apfelsaft und Ingwer in einem Topf aufkochen und auf ca. 200 ml reduzieren, dann Miso hinzugeben und unterrühren. Mit Salz abschmecken.

Für den geschmorten Rettich:

4 Äpfel, Braeburn
2 Scheiben Rettich
1 TL helle Misopaste
50 g Zucker
Salz, aus der Mühle

Äpfel entsaften. Rettich schälen, 2 Scheiben ca. 2 bis 3 cm dick schneiden. Zucker in einem Topf karamellisieren, mit Apfelsaft ablöschen, Miso zugeben, mit Salz abschmecken und mit geschlossenem Deckel in 30 Minuten bei mittlerer Hitze schmoren.

Für die Rettich-Streifen: Einen Apfel entsaften. Rettich, den anderen Apfel und Ingwer schälen und in kleine Streifen schneiden. Blätter Koriander abschuppen.
2 Äpfel, Braeburn
1 Stange Rettich
5 cm Ingwer
1 Zweig Koriander
Salz, aus der Mühle
Rettich mit Salz und Apfelsaft marinieren, vor dem Servieren Ingwer, Apfel und Koriander hinzugeben und kurz zusammenmischen.

Für die Belugalinsen: Linsen abwaschen, in einem Topf mit Deckel mit 400 ml gesalzenem Wasser ca. 25 Minuten kochen. Etwas Öl untermischen.
200 g Belugalinsen
1-2 EL Pflanzenöl
Salz, aus der Mühle

Für den Lachshaut-Chip: Haut unter einem Backpapier und einem Topf beschweren und in der Pfanne ca. 5 Minuten knusprig braten.
Lachshaut, von oben

Für die Garnitur: Shiso-Kresse als Garnitur verwenden.
1 Beet Shiso-Kresse

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist **Pazifischer Lachs** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand November 2024):

- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Alaska, Wildfang (alle Fangmethoden)
- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Kanada, Buckellachs (*Oncorhynchus gorbuscha*), Ketalachs (*Oncorhynchus keta*): Umschließungsnetze (Ringwaden), Haken und Langleinen (Schleppangeln)