

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 03. Dezember 2024** ▪  
Tagesmotto „Wichteln“ mit Björn Freitag



Marie Klimczok kocht das Gericht von Lydia Janko

**Lachs mit Spekulatiuskruste, Orangen-Risotto und fruchtigem Feldsalat**

Zutaten für zwei Personen

**Für den Lachs mit Kruste:**

400 g Lachsfilet, ohne Haut  
40 g Spekulatius  
1 Orange, Abrieb & Frucht  
80 g Butter  
40 g Semmelbrösel  
½ TL getrockneter Majoran  
½ Prise gemahlener Zimt  
Cayennepfeffer, zum Würzen  
3 EL Olivenöl  
Grobes Meersalz, zum Würzen  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 220 Grad Grillstufe mit Umluft vorheizen.

Von der Orange die Schale dünn abreiben. Orange mit einem scharfen Messer so schälen, dass die weiße Haut vollständig entfernt wird. Orange in dünne Scheiben schneiden. Einen Esslöffel Butter auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech streichen und mit den Orangenscheiben belegen.

Orangenabrieb mit Spekulatius und Majoran in einen Multizerkleinerer geben und fein zerkleinern. Restliche Butter zerlassen, in einer Schüssel mit der Spekulatius-Mischung und Semmelbröseln verrühren. Mit Salz, Cayennepfeffer und Zimt würzen.

Lachs in zwei gleich große Stücke schneiden und salzen. Spekulatius-Mischung auf dem Fisch verteilen und gut andrücken. Auf die Orangenscheiben setzen und im heißen Ofen im oberen Drittel 10-12 Minuten garen. Fisch vor dem Servieren nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen.

**Für das Risotto:**

175 g Risottoreis  
1 Schalotte  
3-4 Orangen, Abrieb & Saft  
25 g Parmesan  
1 EL Butter + Butter, zum Braten  
100 ml trockener Weißwein  
375 ml Gemüsefond  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen, fein hacken und in einer Pfanne in Butter andünsten. Reis zugeben und mit andünsten. 1-2 Orangen auspressen und 125 ml Saft auffangen. Reis mit 125 ml Orangensaft und Weißwein ablöschen und kurz aufkochen.

Gemüsefond erwärmen. Nach und nach untermischen und auf mittlerer Hitze köcheln lassen bis der Reis fast al dente ist.

Schale von einer Orange abreiben, dann die Orange filetieren. Parmesan reiben.

Sobald der Risottoreis fast al dente ist, eine Messerspitze Pfeffer, 25 g Parmesan, Butter und Orangenabrieb untermischen. Orangenfilets unterheben. Bei niedriger Hitze 5 Minuten ruhen lassen. Risotto final mit Salz und Pfeffer abschmecken.

<b>Für den Salat:</b>	Feldsalat gründlich unter fließendem Wasser in dem Sieb waschen, trocken schütteln und grob zerkleinern. Apfel waschen, entkernen und in mundgerechte Stücke schneiden. Trauben ebenfalls waschen und halbieren. Zwiebel abziehen und fein schneiden.
50 g Feldsalat	
1 kleiner Apfel	
100 g dunkle Trauben	
3 EL Granatapfelkerne	Orange auspressen und 1 EL Saft auffangen. Orangensaft, Apfelessig, Senf, Agavendicksaft, Rapsöl, Kurkuma, Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen gründlich vermengen. Salat mit Dressing marinieren. Apfelstücke, Trauben, Granatapfelkerne und Zwiebel unter den Salat mischen.
½ Orange, Saft	
½ rote Zwiebel	
1 TL mittelscharfer Senf	
1 TL Apfelessig	
1 EL Agavendicksaft	
1 Prise gemahlener Kurkuma	
2 EL Rapsöl	
1 Prise Salz	
1 Prise Pfeffer	

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)



**Stefan Albert kocht das Gericht von Carl Borufka**

## **Gnocchi mit geschmortem Chicorée, Maronen-Pesto und Spekulatius**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für die Gnocchi:**

150 g mehligkochende Kartoffeln  
30 g Ricotta  
1 Ei  
50 g Hartweizengrieß  
40 g Mehl  
1 Prise Salz

Die Kartoffeln mitsamt der Schale ca. 15 Minuten garen. Anschließend schälen und mithilfe einer Kartoffelpresse pressen. Das Ei mit einer Gabel verrühren, mit den restlichen Zutaten und einer Prise Salz zu einem Teig verarbeiten. Den Teig auf kleinere Stücke aufteilen, 2-4 cm dicke Rollen ausrollen und in 5 cm breite Stücke schneiden. Mit der Rückseite einer Gabel die Gnocchistücke leicht anpressen und 1-2 Minuten in gesalzenem kochendem Wasser kochen.

### **Für das Maronen-Pesto:**

100 g vorgegarte Maronen  
1 kleine Knoblauchzehe  
1 Zitrone, Saft  
30 g Parmesan  
30 g Pinienkerne  
50 ml Olivenöl  
Salz, aus der Mühle

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Parmesan reiben. Pinienkerne, Maronen, Knoblauch, Parmesan, den Saft von einer Zitrone und etwas Salz in einem Mixer pürieren und nach und nach Olivenöl nachgießen bis die Konsistenz etwas fester als cremig ist.

### **Für den Chicorée:**

1 Chicorée  
2 kleine Knoblauchzehen  
100 ml Sahne  
Butter, zum Braten  
100 ml trockener Prosecco  
Zucker, zum Abschmecken  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Strunk vom Chicorée abschneiden. Chicorée halbieren und in Butter bei mittlerer Hitze braten. Mehrmals wenden bis alle Seiten schön gebräunt sind. Knoblauch abziehen, klein schneiden und ebenfalls kurz mit braten. Mit Prosecco ablöschen und mit einem Deckel bei niedriger Hitze 10 Minuten köcheln lassen. Wenn die Flüssigkeit reduziert wurde, die Schlagsahne, Salz, Pfeffer und Zucker hinzugeben und nochmal 5 Minuten köcheln lassen bis eine cremige Sauce entstanden ist.

### **Für die Garnitur:**

5 Spekulatiuskekse

Spekulatius grob in einem Gefrierbeutel zerstoßen.

Gnocchi auf einem Teller anrichten, die Sauce vom Chicorée über die Gnocchi gießen. Anschließend den Chicorée auf den Gnocchi platzieren, das Maronen-Pesto ebenfalls. Mit Spekulatius garnieren.



Lydia Janko kocht das Gericht von Marie Klimczok

## Zander im Tramezzini-Mantel mit Weißweinschaum und weihnachtlichem Gewürz-Sauerkraut

Zutaten für zwei Personen

### Für die Fischfarce:

65 g Forellenfilets ohne Haut  
 ½ Zitrone, Saft  
 50 ml Sahne  
 ½ Zweig Rosmarin  
 ½ Zweig Thymian  
 Salz, aus der Mühle  
 Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 110 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Fisch für die Farce für ca. 30 Minuten in den Froster geben.

Forellenfilets in kleine Stücke schneiden. Rosmarin und Thymian ca. 8 Minuten in der Sahne ziehen lassen, damit sie aromatisiert. Die Kräuter anschließend entfernen. Das Fischfilet im Anschluss zusammen mit der Sahne in einen Mixer geben und zu einer glatten Masse verarbeiten. Mit Salz, weißem Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Die Farce sollte cremig und glatt sein.

### Für den Zander:

2 Zanderfilets ohne Haut à 150 g  
 6 Scheiben Lardo, dünn aufgeschnitten  
 Fischfarce, von oben  
 2 Scheiben Tramezzini  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zanderfilets mit Salz und schwarzem Pfeffer würzen. Eine dünne Schicht der vorbereiteten Fischfarce auf die Oberseite der Zanderfilets streichen. Zanderfilets mit 2-3 Scheiben Lardo umwickeln, sodass die Farce bedeckt ist. Im Anschluss die Tramezzinischeiben mit einem Nudelholz flach ausrollen. Die mit Lardo umwickelten Zanderfilets in die ausgerollten Brotcheiben einhüllen. In einer Pfanne etwas Butter oder Öl erhitzen. Zanderfilets im Brotmantel von allen Seiten goldbraun braten, dabei darauf achten, dass der Fisch innen zart und saftig bleibt. Fisch bis zum Servieren im Ofen garziehen lassen.

### Für das Sauerkraut:

300 g Sauerkraut, vorgegart  
 1 säuerlicher Apfel, Boskoop  
 1 kleine Zwiebel  
 100 ml Gemüsefond  
 50 ml trockener Weißwein  
 50 ml naturtrüber Apfelsaft  
 1 EL Gänseschmalz  
 1 EL brauner Zucker  
 ½ TL gemahlener Kümmel  
 1 Zimtstange  
 2 Nelken  
 1 Lorbeerblatt  
 Muskatnuss, zum Reiben  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und fein hacken. Gänseschmalz in einem Topf erhitzen und die fein gehackte Zwiebel darin glasig anschwitzen.

Apfel schälen, Kerngehäuse entfernen, in Würfel schneiden und hinzufügen. Kurz mitbraten, bis sie leicht karamellisieren. Das Sauerkraut dazugeben und alles gut vermischen. Mit Weißwein, Apfelsaft und Gemüsefond ablöschen. Lorbeerblatt, Nelken, Zimtstange und Kümmel hinzugeben. Braunen Zucker untermischen.

Sauerkraut auf mittlerer Hitze etwa 20 Minuten leicht köcheln lassen. Zwischendurch immer mal wieder umrühren und gegebenenfalls etwas mehr Flüssigkeit hinzufügen, falls es zu trocken wird.

Zum Schluss das Sauerkraut mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskatnuss abschmecken. Vor dem Servieren die Zimtstange, Nelken und das Lorbeerblatt entfernen.

**Für den Weißweinschaum:**

1 kleine Schalotte  
½ Zitrone, Saft  
2 Eier  
50 ml Sahne  
25 g kalte Butter + Butter, zum Braten  
50 ml Fischfond  
100 ml trockener Weißwein  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Eier trennen und das Eigelb auffangen. Schalotte abziehen, fein hacken und in Butter glasig anschwitzen. Weißwein und Fischfond zu den Schalotten geben und auf etwa die Hälfte reduzieren lassen. Sahne und einen Spritzer Zitronensaft in die reduzierte Weißwein-Fischfond-Mischung einrühren und leicht köcheln lassen.

Im Anschluss die Eigelbe in einer Schüssel schaumig schlagen. Vorsichtig etwas von der heißen Weißwein-Sahne-Mischung zu den Eigelben geben, um sie zu temperieren. Die temperierten Eigelbe unter die restliche Sauce rühren und bei niedriger Hitze erwärmen, bis die Sauce andickt, dabei nicht kochen lassen. Die kalte Butter in Stücken mit einem Pürierstab unterrühren, bis die Sauce schaumig und glänzend ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist **Zander** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand Oktober 2024)

- 1. Wahl: Dänemark, Deutschland, Niederlande, Schweiz, Aquakultur: geschlossene Kreislaufanlage
- 1. Wahl: Peipsi-See (Estland und Russland), Wildfang: Stellnetze-Kiemennetze, Umschließungsnetze (Ringwaden), Reusen (Fallen)
- 1. Wahl: Binnengewässer: Schweiz, Wildfang: Handleinen-Angelleinen



Carl Borufka kocht das Gericht von Stefan Albert

## Gebratene Entenbrust mit Glühweinsauce und dreierlei Blumenkohl

Zutaten für zwei Personen

### Für die Entenbrust:

1 Entenbrust mit Haut à 350 g  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Entenbrust parieren. Die Haut rautenförmig einschneiden, ohne das Fleisch zu verletzen, salzen und pfeffern. In eine beschichtete Pfanne auf die Hautseite legen. Entenbrust bei mittlerer Hitze ohne Fett auf der Hautseite goldbraun braten. Anschließend ca. 10-15 Minuten im Backofen bei 160 Grad nachgaren. Für eine rosafarbene Entenbrust soll die Temperatur 62 Grad betragen. Entenbrust vor dem Servieren ruhen lassen, dann in Tranchen schneiden.

### Für den Blumenkohl-Espuma:

1 kleiner Blumenkohl  
1 Schalotte  
2 Knoblauchzehen  
125 g Butter  
100 ml Sahne  
4 cl spanischer Vanille-Likör  
Muskatnuss, zum Reiben  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Blumenkohl putzen, waschen und trockentupfen. Vier kleine Röschen abtrennen und beiseitelegen. Restlichen Blumenkohl klein schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen, würfeln und in 25 g Butter glasig anschwitzen. Mit Likör ablöschen und fast vollständig verdampfen lassen. Kleingeschnittenen Blumenkohl hinzugeben und bei geschlossenem Deckel ca. 10 Minuten garen. Deckel abnehmen und die Blumenkohlröschen und wilden Brokkoli hinzugeben. Nach Belieben dafür einen Dampfgareinsatz verwenden. Blumenkohlröschen und wilden Blumenkohl darin bissfest garen, salzen und pfeffern, herausnehmen und beiseitestellen. Den geschnittenen Blumenkohl ausdampfen lassen und Sahne angießen, dann mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Anschließend in eine Küchenmaschine füllen und zu einem cremigen Püree verarbeiten. Restliche Butter einrühren und mit Muskat abschmecken. Blumenkohlpüree in eine Espuma-Flasche geben, eine Kapsel aufdrehen und drei- bis fünfmal schütteln.

### Für den wilden Blumenkohl:

4 Stängel wilder Blumenkohl, von oben  
50 ml Hoisin-Sauce  
Olivenöl, zum Braten

Wilden Blumenkohl in Olivenöl in einer Pfanne kurz anbraten. Der Blumenkohl soll noch Biss haben. Anschließend mit Hoisin-Sauce beträufeln.

### Für die Blumenkohlröschen:

4 Blumenkohlröschen, von oben  
Piment d'Espelette, zum Würzen  
Salz, aus der Mühle

Blumenkohlröschen salzen und mit Piment d' Espelette würzen.

**Für die Glühweinsauce:**

- 1 rote Zwiebel
- 1 Zitrone, Schale
- 1 Orange, Schale
- 3 EL eiskalte Butter
- 500 ml mittelkräftiger Rotwein, Spätburgunder
- 1 TL Speisestärke
- 2 EL brauner Zucker
- 2 Nelken
- 1 Zimtstange
- 1 Sternanis
- 5 Pfefferkörner
- 2 Pimentkörner
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und würfeln. Gewürze mit dem flachen Messer andrücken und in einem Topf ohne Fett vorsichtig rösten. Herausnehmen, in den Teebeutel geben und mit Küchengarnt zubinden. Einen Topf mit 2 EL Butter erhitzen. Zwiebel zugeben und anschwitzen. Dann braunen Zucker hinzugeben und karamellisieren lassen, mit Rotwein vollständig ablöschen. Bei hoher Hitze die Flüssigkeit um die Hälfte reduzieren lassen. Dann die Hitze reduzieren, der Rotwein darf nun nicht mehr kochen. Teebeutel und Schalen von Zitrone und Orange hinzugeben und alles ziehen lassen. Dann durch ein Sieb gießen und mit restlicher kalter Butter und ggf. Speisestärke nicht zu dick binden.

Blumenkohl-Espuma in die Mitte auf einen großen Teller sprühen und mit einem Esslöffel ausstreichen. Entenbrust in der Mitte gerade durchschneiden, am Ende schräg abschneiden. Pro Portion eine Hälfte senkrecht, die Schnittfläche nach oben, anrichten. Wilden Blumenkohl und Blumenkohlröschen gefällig anrichten. Mit etwas Sauce angießen, restliche Sauce à Part reichen.