

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 20. März 2025** ▪  
**Tagesmotto „Frühlingsküche“ mit Viktoria Fuchs**



Rebecca von Kuk

**Gebratenes Skreifilet mit Beurre blanc, Belugalinsen, Frühlingsgemüse und Schnittlauch-Öl**

Zutaten für zwei Personen

**Für den Skrei:**

2 Skreifilets, mit Haut  
 Neutrales Öl, zum Anbraten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Skrei auf der Haut braten und ihn erst, wenn er fast fertig ist wenden, um in kurz und scharf von der anderen Seite anzubraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**Für die Beurre blanc:**

1 Schalotte  
 125 g kalte Butter  
 250 ml trockener Weißwein  
 125 ml Weißweinessig  
 1 Lorbeerblatt  
 3 Wachholderbeeren  
 10 schwarze Pfefferkörner  
 Salz, aus der Mühle  
 Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und fein würfeln. Alle Zutaten bis auf die Butter in einem kleinen Topf zum Kochen bringen und auf ein Drittel runter reduzieren lassen. Die Reduktion durch ein Sieb geben und erneut erhitzen. Kalte Butter nach und nach hinzugeben und mit einem Stabmixer unterrühren. Die Sauce mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken.

**Für die Belugalinsen:**

200 g Belugalinsen  
 Salz, aus der Mühle

400 ml Wasser und die Linsen in einen Topf geben und zum Kochen bringen. Linsen ca. 20 Minuten kochen bis sie gar sind, dann abgießen. Erst nach dem Kochen mit Salz würzen.

**Für das Frühlingsgemüse:**

1 Stange Lauch  
 100 g Zuckerschoten  
 100 g frische Erbsen  
 200 g grünen Spargel  
 Butter, zum Anbraten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gesalzenes Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Lauch und grünen Spargel putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Zuckerschoten, Erbsen, Lauch und Spargel jeweils einzeln blanchieren und dann in Eiswasser abschrecken.

Butter in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse in der Butter schwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für das Schnittlauch-Öl:**

1 Bund Schnittlauch  
 200 ml Keimöl

Schnittlauch blanchieren und dann in Eiswasser abschrecken. Im Öl pürieren und anschließend auf 60 Grad in einem Topf erhitzen. Anschließend durch ein feines Sieb oder ein Passiertuch in eine Schüssel abseihen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Ein gutes Beispiel für nachhaltige Kabeljaufischerei ist der **norwegische Skrei**. Er wird aufgrund seiner Fangzeit von Januar bis April auch Winterkabeljau genannt und wird ausschließlich mit Handangeln und Langleinen gefangen. Das sind besonders schonende Fangmethoden, da sie das Ökosystem am Meeresboden nicht beeinträchtigen und den Beifang auf ein absolutes Minimum beschränken.