

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 11. Juni 2026 ▪  
ChampionsWeek ▪ "Warenkorb" mit Zora Klipp

1. Lachsfilet mit Haut
2. Frühkartoffeln
3. Kohlrabi
4. Junge Möhren
5. Fenchel
6. Frische Johannisbeeren
7. Roggenbrot
8. Saure Sahne
9. Anisée
10. Ganze Pekannüsse
11. Kardamomkapseln
12. Dill

## Basics

Schalotten	Zwiebeln (rot/weiß)	Knoblauch
Ingwer	Zitrone   Limette   Orange	Eier
Butter	Sahne	Milch
Parmesan	Mehl	Stärke
Rotwein	Weißwein	Weißweinessig
Honig	Senf	Gemüse- und Fleischfond
Olivenöl	Neutrales Öl	Tomatenmark
Muskatnuss	Lorbeer	Thymian
Rosmarin	Petersilie	Chili, aus der Mühle
Zucker	Salz	Schwarzer Pfeffer



**Marcel Schwetschenau**

## **Auf der Haut gebratener Lachs mit Roggenbrot-Pekannuss-Crumble, Anisée-Beurre-blanc, Karotten-Kohlrabi-Julienne, sautiertem Fenchel und Johannisbeer-Chutney**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Lachs:**

2 Lachsfilets à 150-200 g, mit Haut  
1 Knoblauchzehe  
1 EL Butter  
Öl, zum Braten  
5 Zweige Thymian  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lachs waschen, trocken tupfen, von beiden Seiten salzen und auf der Hautseite bei mittelhoher Temperatur braten. Wenn der Fisch aus seitlicher Betrachtung nach oben zur Hälfte gegart ist, eine Flocke Butter, den Thymian und eine angedrückte Knoblauchzehe in die Pfanne geben, den Herd ausschalten und den Fisch wenden, sodass er bei Restwärme garzieht. Mit der aromatisierten Butter arrosieren. Nun mit etwas Pfeffer würzen. Das Ziel ist eine Kerntemperatur von circa 55-57°C.

### **Für den Crumble:**

2 Scheiben Roggenbrot  
40 g Pekannüsse  
2 EL Butter  
3 Zweige Dill  
1 Zweige Petersilie  
Salz, aus der Mühle

Brotscheiben von der Rinde befreien, die Pekannüsse hacken.

Beides mit Butter und einer Prise Salz im Ofen unter gelegentlichem Wenden knusprig backen.

Dill und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und unter die lauwarme Mischung ziehen.

### **Für die Beurre blanc:**

1 Schalotte  
200 g eiskalte Butter  
200 ml Weißwein  
50 ml Weißweinessig  
20 ml Anisée  
Neutrales Pflanzenöl, zum Braten  
1 Lorbeerblatt  
3 Pfefferkörner  
Salz, aus der Mühle

Butter in Würfel schneiden und kaltstellen.

Schalotte abziehen, würfeln und in einem Topf in etwas Öl glasig schwitzen. Dann mit Weißwein und Essig ablöschen, Lorbeer und Pfefferkörner hinzugeben und auf 3-4 Esslöffel Reduktion einkochen lassen. Zum Schluss den Anisée hinzufügen, diesen kurz mitaufkochen lassen und dann die Temperatur stark reduzieren. Die Flüssigkeit in einen anderen Topf seihen. Dann die eiskalten Butterwürfel nach und nach mit einem Schneebesen in die Reduktion montieren, bis eine sämige Beurre blanc entstanden ist.

### **Für die Julienne:**

1 Kohlrabi  
2 Möhren  
1 EL Butter  
100 ml Gemüsefond  
4-6 Kardamomkapseln  
Salz, aus der Mühle

Kohlrabi und Möhren schälen und in lange Julienne schneiden. Diese sollten in etwa dieselbe Länge haben. Kardamom aus den Kapseln lösen und die Samen im Mörser zermahlen.

Butter in einer Pfanne erhitzen und die Julienne unter Wenden scharf anbraten. Dann mit Gemüsefond auffüllen und bissfest garen. Mit Kardamom und Salz abschmecken und aus der Pfanne nehmen.

### **Für den Fenchel:**

1 Knolle Fenchel  
Butter, zum Braten  
Salz, aus der Mühle

Fenchel putzen und in dünne Scheiben hobeln. Diese bei hoher Hitze kurz in der Pfanne schwenken, in der zuvor die Julienne zubereitet wurden. Solange schwenken, bis der Fenchel gar ist.

**Für das Chutney:**  
1 Schalotte  
5 EL frische Johannisbeeren  
1 Orange, Saft & Abrieb  
20 ml Weißweinessig  
1 EL Zucker  
Chili, aus der Mühle  
1 Prise Salz

Schalotte abziehen und fein würfeln. Zucker im Topf karamellisieren, die Schalotte hinzugeben und leicht anbraten, mit Orangensaft und Essig ablöschen und dann 2/3 der Johannisbeeren hinzufügen. Zu einem dickflüssigen Kompott einreduzieren lassen und mit Salz, Chili und Orangenabrieb abschmecken. 2 Minuten vor Ende der Kochzeit das verbliebene Drittel Johannisbeeren untermischen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF Fischratgeber ist **Lachs (pazifischer)** aus folgendem Fanggebiet zu empfehlen (*Stand Juni 2026*):

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