

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 31. August 2026** ▪
Leibgericht mit Viktoria Fuchs



Sabine Pfeiffer

**Basilikum-Risotto mit geschmolzenen Kirschtomaten
und gebratenem Lachsfilet**

Zutaten für zwei Personen

Für den gebratenen Lachs:

2 Lachsfilets, ohne Haut
 1 Zitrone, Frucht
 1 EL Butter
 Olivenöl, zum Anbraten
 1 Prise Fleur de Sel
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zitrone halbieren. Lachs mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Bratpfanne erhitzen. Lachsfilets zuerst auf einer Seite 3-4 Minuten braten, dann wenden und die Pfanne vom Herd nehmen. Zitronenhälften mit der Schnittfläche nach unten in die Pfanne legen und kurz ziehen lassen. Mit Butter aromatisieren. Lachs herausnehmen und mit Fleur de Sel bestreuen.

Für das Risotto:

200 g Risottoreis
 1 Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 50 g Parmesan
 50 g kalte Butter
 80 ml trockener Weißwein
 ca. 700-800 ml Hühnerfond
 1 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Hühnerfond in einem Topf erhitzen. Parmesan reiben. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. In Olivenöl glasig andünsten, ohne starke Bräunung. Risottoreis hinzufügen und unter Rühren kurz mit anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und unter Rühren einkochen lassen. Anschließend portionsweise heißen Fond zugeben und regelmäßig rühren. Erst neuen Fond nachgießen, wenn der vorherige vollständig vom Reis aufgenommen wurde. Diesen Vorgang wiederholen, bis der Reis gar ist. Zum Schluss Butter und Parmesan unterrühren, bis eine cremige Konsistenz entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Basilikumpesto:

1 Knoblauchzehe
 30 g Parmesan
 Olivenöl, zum Abschmecken
 30 g Pinienkerne
 1 Bund Basilikum
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten. Knoblauch abziehen. Parmesan reiben. Alle Zutaten in einem Mixer oder Mörser fein pürieren. Nach und nach Olivenöl zugeben, bis eine cremige Konsistenz entsteht. Das Pesto unter das Risotto mischen.

**Für die geschmolzenen
Kirschtomaten:**

12-14 Kirschtomaten
 1 Chilischote
 1 Zitrone, Abrieb
 150 ml trockener Weißwein
 2 EL Weißweinessig
 1 TL Honig
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Weißwein, Weißweinessig, Zitronenabrieb, Honig, Chilischote (nach Geschmack). sowie Salz und Pfeffer in einem Topf aufkochen und etwas einkochen lassen.

Kirschtomaten in etwas Olivenöl in einer Pfanne anbraten. Anschließend mit dem vorbereiteten Sud ablöschen und alles zu einer leicht cremigen Konsistenz reduzieren lassen. Vor dem Servieren die Chilischote entfernen und nochmal mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



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

- 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)