

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 29. August 2025 ▪
Zusatzgericht von Johann Lafer



Ceviche mit gegrillter Wassermelone

Zutaten für zwei Personen

Für das Ceviche:

250 g küchenfertiges Seeteufelfilet,
ohne Haut und Gräten
150 g küchenfertiges Doradenfilet, ohne
Haut und Gräten
4 küchenfertige Garnelen, ohne Kopf
und Schale, entdarmt
1 rote Zwiebel
1 rote Chilischote
2 Passionsfrüchte
2 Limetten, Saft
1 EL Yuzusaft
2 EL Ahornsirup
Salz, aus der Mühle

Die Passionsfrüchte halbieren und das Fruchtfleisch aus der Schale lösen. In eine Schale geben. Limetten heiß abspülen und die Schale abreiben. Zur Passionsfrucht geben. Dann die Limetten halbieren und den Saft dazupressen. Zwiebel abziehen und in Streifen schneiden. Chili in dünne Ringe schneiden. Beides zugeben. Mit Ahornsirup abschmecken, mit Salz würzen. Fisch und die Garnelen würfeln, in die Zitrus-Mischung geben und gut vermengen. Solange wie möglich ziehen lassen.

Für die Wassermelone:

½ Wassermelone
1 EL Sojasauce
1 EL Honig

Wassermelone in 1 cm dicke Scheiben schneiden, dann von der Schale befreien. Scheiben mit etwas Sojasauce und Honig einpinseln.

Eine Grillpfanne erhitzen, etwas Öl zugeben, dann die Wassermelone beidseitig grillen.

Für die Garnitur:

1 Avocado
10 g Rucola
3 Stangen Frühlingslauch
Bubikopf-Basilikum, zum Garnieren
Olivenöl, zum Beträufeln
Salz, aus der Mühle

Avocado halbieren, den Kern entfernen, dann das Fruchtfleisch aus der Schale lösen und in Streifen schneiden. Rucola waschen und trockenschleudern. Frühlingszwiebeln putzen und in dünne Ringe schneiden.

Gericht mit Avocadostreifen, Rucola, Frühlingszwiebeln und Basilikum garnieren. Avocado vor dem Servieren salzen. Mit etwas Olivenöl beträufeln.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist **Seeteufel** nur bedingt aus folgenden Gebieten zu empfehlen (*Stand August 2025*):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Kantabrische See und Portugiesische Küste (ICES 8.c, 9.a), Island (ICES 5.a), Bisaka (ICES 8.a-d), Stellnetze-Kiemennetze, Grundlangleinen
- 2. Wahl: Südostatlantik FAO 47: Südafrika, Grundsleppnetze

Laut WWF ist **Dorade** nur bedingt aus folgenden Gebieten zu empfehlen (*Stand August 2025*):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Biskaya (ICES 8.a), Wildfang: Handleinen und Angelleinen
- 2. Wahl: Süd Spanien (Esteros Lubimar), Aquakultur: Netzkäfiganlagen

Laut WWF sind **Garnelen** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (*Stand August 2025*):

- 1. Wahl: Vietnam, Aquakultur: Bio-Aquakultur, White Tiger Garnele (*Penaeus vannamei*) und Tiger-Garnele (*Penaeus monodon*)
- 1. Wahl: Europa, Aquakultur: Kreislaufanlagen mit Biofloc-Technologie