

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 26. September 2025** ▪
Finalgericht von Nelson Müller



**Lachsfilet mit Limetten-Estragon-Kruste,
 Brunnenkressesauce, Kartoffel-Schinken-Püree und
 geschmorten Romanasalatherzen**

Zutaten für zwei Personen

Für den Lachs mit Kruste:

800 g Lachsloin
 1 Limette, Abrieb
 1 Ei
 Butter, zum Braten
 Olivenöl, zum Braten
 100 g Panko
 4 Zweige Estragon
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Limette abwaschen und die Schale fein reiben. Estragon fein schneiden. Limettenabrieb, Estragon und Panko mischen.

Ei verquirlen, das Lachsfilet damit auf einer Seite bestreichen und auf dieser Seite in das Paniermehl legen. In Olivenöl goldgelb anbraten, kurz umdrehen. Dann die Butter dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und etwas nachziehen lassen.

Für die Sauce:

500 g Brunnenkresse
 2-3 cm frischer Meerrettich, alternative
 Meerrettich aus dem Glas
 2 Schalotten
 150 g kalte Butter
 300 ml Geflügelfond
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
 Eiswasser

Geflügelfond in einem Topf erhitzen.

Brunnenkresse putzen und in Salzwasser kurz blanchieren. Dann in Eiswasser abschrecken und gut ausdrücken. Mit dem Messer kurz durchhacken. Schalotte abziehen, fein würfeln, in wenig Butter anschwitzen und den heißen Fond dazugeben. Einmal aufkochen und in einem Mixer sehr fein pürieren. Dann mit der restlichen kalten Butter mixen und mit Salz, Pfeffer und Meerrettich abschmecken.

Für das Püree:

300 g mehligkochende Kartoffeln
 5 Scheiben Parmaschinken
 150 g Butter
 100 g Sahne
 50 ml Milch
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Parmaschinken im Backofen bei 180 Grad solange backen bis er knusprig ist. Etwas abkühlen lassen und klein bröseln. Kartoffeln schälen, je nach Größe halbieren oder vierteln und in Salzwasser garen. Abschütten und ausdämpfen lassen. Durch eine Kartoffelpresse drücken und wenn man es ganz fein haben möchte, dann durch ein Sieb drücken. Auf keinen Fall durchstreichen, sonst wird die Masse schleimig. Sahne mit Milch und Butter aufkochen und unter die Kartoffelmasse rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Parmaschinkenbrösel unterheben.

Für die Romanasalatherzen:

2 Romanasalatherzen
 50 g Butter
 2 cl weißer Balsamessig
 Zucker, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Romanasalatherzen halbieren und in der Butter kurz anziehen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und mit etwas hellem Balsamessig ablöschen. Den Salat kurz dünsten, sodass er noch leicht knackig ist.

Zusatzzutaten von Luisa: Luisa nutzte Saft und Abrieb der Zitrone für ihre Sauce. Außerdem Granatapfelkerne, Mandelplättchen, Zitrone röstete sie Mandelblättchen an und verwendete sie als Garnitur. Die Granatapfelkerne gab sie über den Romanasalat.

Zusatzzutaten von Angela: Angela bestrich den Lachs mit Senf und gab geröstete Haselnüsse über den Romanasalat. Dazu aromatisierte sie das Gericht mit etwas Zitronenabrieb.



Laut WWF ist **pazifischer Lachs** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand August 2025):

- 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)

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 26. September 2025** ▪
Zusatzgericht von Nelson Müller



Tramezzini mit Lachs und Avocado auf Apfel-Gurken-Pistou

Zutaten für zwei Personen

Für das Lachstatar:

200 g Lachsfilet ohne Haut
 1 EL mittelscharfer Senf
 1 EL Olivenöl
 ½ Bund Schnittlauch
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Lachs in feine Würfel hacken. Fisch mit Olivenöl benetzen. Limettensaft auspressen und unterrühren. Schnittlauch waschen, trocken tupfen, fein hacken und zum Tatar geben. Mit Senf, Salz und Pfeffer abschmecken. Ziehen lassen und vor dem Servieren nochmal abschmecken.

Für die Avocadocreme:

1 Avocado
 ¼ rote Chilischote
 ½ Zitrone, Saft
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Avocado mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer und mit etwas gehackter Chilischote pürieren. Mit Olivenöl glattrühren.

Für das Tramezzini:

2 Scheiben Tramezzini
 Olivenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Tramezzini dünn aufschneiden und ca. 1 cm kleine Löcher ausstechen. In einer heißen Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten goldbraun anrösten. Tramezzi anschließend auf einem Küchenpapier abtropfen lassen und im warmen Zustand um einen Metallstil, z.B. von einem Rührbesen, wickeln und abkühlen lassen.

Für das Apfel-Gurken Pistou:

1 saurer, grüner Apfel
 ½ Gurke
 ½ Limette, Saft
 1 TL Xanthan
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Hälfte der Gurke und die Hälfte des Apfels in feine Würfel schneiden. Apfel kurz in Limettensaft einlegen, damit dieser nicht braun wird. Die restliche Gurke und den Apfel entsaften. Xanthan mit 150 ml kaltem Wasser aufmischen, um Klumpenbildung zu vermeiden. Die Xanthan-Mischung langsam mit einem Stabmixer dem Apfel-Gurkensaft beigeben bis die Flüssigkeit eine leicht gelierte Konsistenz hat. Die Apfel- und Gurkenwürfel mit der Flüssigkeit vermengen und mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken.

Für die Garnitur:

1 EL Forellenkaviar
 5-6 Blätter Brunnenkresse

Tatar und Avocadocreme in je einen Spritzbeutel geben. Das Tatar in die Tramezzini spritzen und mit der Avocadocreme, Forellenkaviar und etwas Brunnenkresse ausgarnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist **pazifischer Lachs** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (*Stand August 2025*):

- 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)