

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 10. Juli 2026** ▪
Finalgericht von Mario Kotaska



Maispouardenbrust im Pancettamantel mit Pfirsich-Tomaten-Salsa, Zitronen-Polenta, Zucchini-Nudeln und Korianderpesto

Zutaten für zwei Personen

Für die Maispouardenbrust:

2 Maispouardenbrüste, mit
 Flügelknochen
 4 Scheiben Pancetta
 1 EL Sonnenblumenöl
 2 Zweige Thymian
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Flügelknochen der Maispouardenbrüste putzen.

Maispouardenbrüste leicht salzen und pfeffern und stramm in Pancetta einwickeln. Dabei die Verschlussseite auf der Fleischseite platzieren. Maispouardenbrüste kross in Sonnenblumenöl rundherum anbraten und mit Thymian im Ofen schonend bis zu einer Kerntemperatur von 65 Grad garen. Vor dem Servieren leicht ruhen lassen und in schräge Tranchen schneiden.

Für die Pfirsich-Tomaten-Salsa:

12 Kirschtomaten
 1 reifer Pfirsich
 1 rote Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 1 Chilischote
 1 Limette, Saft
 1 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kirschtomaten halbieren und kurz in Olivenöl heiß anbraten. Pfirsich entkernen und würfeln. Den gewürfelten Pfirsich zu den Tomaten geben und mit Limettensaft ablöschen. Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel fein würfeln. Knoblauch reiben. Chilischote fein schneiden. Fein gewürfelte Zwiebel und fein geschnittene Chilischote unterschwenken und mit geriebenem Knoblauch ziehen lassen. Vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Zitronen-Polenta:

100 g Instant-Polenta
 2 Zitronen, Saft & Abrieb
 50 g Parmesan
 20 g Butter
 400 ml Geflügelfond

Geflügelfond mit Zitronensaft und -abrieb aufkochen und Polenta unter Rühren einrieseln lassen. Parmesan reiben.

Polenta auf kleiner Flamme ca. 20 Minuten quellen lassen und vor dem Servieren mit geriebenem Parmesan und Butter cremig rühren.

Für die Zucchini-Nudeln:

1 große grüne Zucchini
 50 g Ricotta
 1 EL Olivenöl

Zucchini mit einem Gemüsehobel oder einem Spiralschneider zu einer Art Nudeln hobeln. Anschließend kurz in Olivenöl andünsten. Zum Schluss Ricotta unterziehen, sodass eine sahnige Gemüsebeilage entsteht.

Für das Korianderpesto: Knoblauch abziehen und reiben. Parmesan reiben. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl anrösten.
1 Knoblauchzehe
1 Limette, Saft & Abrieb
20 g Parmesan
40 ml Olivenöl
20 g Pinienkerne
½ Bund Koriander
1 Prise Salzflocken

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Zusatzzutaten von Fabian: *Fabian verwendete den Basilikum zum Abschmecken der Salsa und als Garnitur des Gerichts, Honig zum Abschmecken der Maispoularde und weißen Balsamico für das Pesto.*

Zusatzzutaten von Eva: *Eva verwendete Rosinen, Pistazien und Minze zum Abschmecken der Rosinen, Pistazien, Minze Zucchini-Nudeln.*

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 10. Juli 2026 ▪
Zusatzgericht von Mario Kotaska



Geeistes Pfirsich-Chili-Süppchen mit gebratenem Wolfsbarsch

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

2 Wolfsbarschfilets à 120 g, mit Haut
 1 Knoblauchzehe
 20 g Butter
 Neutrales Öl, zum Anbraten
 Mehl, zum Mehlieren
 2 Zweige Thymian
 Saltflakes, zum Würzen

Den Fisch leicht mehlieren und in einer Pfanne mit Öl auf der Hautseite anbraten. Eine angedrückte Knoblauchzehe, Thymian und Butter hinzugeben und den Fisch sanft garziehen lassen. Mit Saltflakes würzen.

Für die Suppe:

1 Knoblauchzehe
 4 Pfirsiche
 2 Limetten, Saft & Abrieb
 100 ml weißer Portwein
 1 EL weißer Balsamicoessig
 1 TL Honig
 3 EL Chiliflocken
 Salz, aus der Mühle

Pfirsiche entkernen und vierteln. Knoblauch abziehen und reiben. Limettensaft und -abrieb, Honig, geriebenen Knoblauch, Salz und Chiliflocken zum Pfirsich und Knoblauch geben. Dann alles mit weißem Portwein in einen Standmixer geben und mixen. Bei Bedarf noch etwas Wasser hinzugeben, falls die Suppe zu dickflüssig ist. Mit weißem Balsamicoessig und Salz abschmecken.

Für die Garnitur:

1 Pfirsich
 2 Zweige Rosmarin

Pfirsich entkernen und in dünne Streifen schneiden. Pfirsichscheiben mit Rosmarin und Wasser zu einem Eiswürfel einfrieren und später als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist der **Wolfsbarsch** aus folgenden Gebieten zu empfehlen:
 (Stand: Juli 2026):

- 1. Wahl: Nördliche und mittlere Biskaya (ICES 8.a-b) Handleinen und Angelleinen