

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 19. Februar 2026 ▪
Finalgericht von Mario Kotaska



**Kross gebratenes Zanderfilet mit rahmigen
Schwarzwurzeln, Fondant-Kartoffeln und
Rosenkohlblättern**

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

2 Zanderfilets à 130 g
10 g Butter
10 ml Olivenöl
Mehl, zum Mehlieren
1 Zweig Thymian
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Zanderfilets mit Salz und Pfeffer würzen und die Hautseite leicht mehlieren. In einer Pfanne mit Olivenöl auf der Hautseite heiß anbraten, bis diese knusprig ist. Anschließend die Filets wenden und mit Butter und Thymian ziehen lassen, bis der Zander glasig ist.

Für die Schwarzwurzeln:

6 Stangen Schwarzwurzeln
1 Schalotte
1 Zitrone, Saft
20 g Butter
100 ml Sahne
10 g Mehl
4 Zweige glatte Petersilie
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle

Schwarzwurzeln putzen, schälen und mit Zitronensaft beträufeln.

Schalotte abziehen und fein würfeln. Anschließend die fein gewürfelte Schalotte in Butter anschwitzen und mit Mehl bestäuben.

Schwarzwurzeln in dünne Scheiben schneiden. Geschnittene Schwarzwurzeln hinzugeben und mit Sahne bedeckt cremig einkochen. Petersilie hacken. Alles mit Salz und Muskatnuss abschmecken und vor dem Servieren mit gehackter Petersilie verfeinern.



**PROFI
TIPP**

Um eine Oxidation zu vermeiden, sollte man die Schwarzwurzel nach dem Schälen in Essig- oder Zitronenwasser einlegen.

Für die Kartoffeln:

200 g mittelgroße, vorwiegend
festkochende Kartoffeln
2 junge Knoblauchzehen
20 g Butter
100 ml hellen Kalbsfond
20 ml Olivenöl
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin

Kartoffeln schälen und anschließend so tournieren, dass schöne Taler

entstehen. In einer Pfanne mit Olivenöl von allen Seiten mit Farbe

anbraten. In eine feuerfeste Auflaufform hochkant stellen und den Bratensatz mit Fond ablöschen. Knoblauch abziehen. Kräuter, Butter und Knoblauch dazugeben, aufkochen und die Kartoffeln damit übergießen.

Im Backofen für ca. 25 Minuten goldgelb backen.

Für die Rosenkohlblätter: Rosenkohl so putzen, dass feine Blätter entstehen. Das Innere kann man anschließend für ein anderes Gericht zur Seite legen. Zum Schluss in heißem Olivenöl mit Thymian so anbraten, dass eine leichte Bräunung entsteht und dekorativ anrichten.

10 Rosenkohlköpfe
1 Zweig Thymian
Olivenöl, zum Braten

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist der **Zander** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand: Februar 2026):

- 1. Wahl: Dänemark, Deutschland, Niederlande, Schweiz/
Aquakultur: geschlossene Kreislaufanlage
- 1. Wahl: Peipsi-See (Estland und Russland)/ Wildfang:
Stellnetze-Kiemennetze, Umschließungsnetze (Ringwaden),
Reusen (Fallen)
- 1. Wahl: Binnengewässer: Schweiz/ Wildfang: Handleinen-
Angelleinen

Zusatzzutaten von Ingrid: *Ingrid verwendete den Dill für die Schwarzwurzel. Weißweinessig und Weißwein verwendete sie zum Abschmecken der Rahmsauce der Schwarzwurzel.*

Zusatzzutaten von Lisa-Marie: *Lisa verwendete den Liebstöckel zum Abschmecken der Schwarzwurzel. Die Pinienkerne röstete sie in einer Pfanne ohne Öl an und gab diese über die Schwarzwurzel. Die Shiso-Kresse verwendete sie als Garnitur.*

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 19. Februar 2026** ▪
Zusatzgericht von Mario Kotaska



Steckrüben-Currysüppchen mit Rosenkohlblättern

Zutaten für zwei Personen

Für die Steckrüben-Suppe:

2 Steckrüben
 1 Karotte
 1 Schalotte
 1 Orange, Abrieb
 100 ml Sahne
 Butter, zum Anbraten
 300 ml Rinderfond
 Currypulver, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Steckrüben schälen und in Stücke schneiden. Karotte schälen und klein schneiden. Schalotte abziehen. Eine Pfanne erhitzen und Schalotten anschwitzen. Steckrüben hinzugeben. Mit Fond auffüllen und weichkochen. Sahne hinzugeben. Orangenschale abreiben. Die Suppe mit Currypulver, Orangenabrieb, Salz und Pfeffer würzen.

Eine Pfanne mit Butter erhitzen und braun werden lassen. Mit Salz würzen. Die Suppe mit der braunen Butter aromatisieren und anschließend pürieren.

Für die Rosenkohlblätter:

10 Rosenkohlköpfe
 Butter, zum Anbraten
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle

Rosenkohl so putzen, dass feine Blätter entstehen. Eine Pfanne mit Butter erhitzen und die Rosenkohlblätter darin leicht anrösten. Mit Muskatnuss würzen.

Für die Garnitur:

1 Schwarzwurzel
 ½ Granatapfel
 Neutrales Öl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle

Schwarzwurzel schälen. Schwarzwurzelschale in heißem Öl frittieren und als Garnitur verwenden. Die restliche Schwarzwurzel für ein anderes Gericht weiterverarbeiten. Ca. 1 EL Granatapfelkerne über die Rosenkohlblätter geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.