

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 02. April 2026** ▪
Finalgericht von Mario Kotaska



Gebratene Zitronen-Perlhuhnbrust mit Krautfleckerl und Petersilien-Panko-Crunch

Zutaten für zwei Personen

Für den Nudelteig:

1 Ei
 ½ TL Olivenöl
 100 g Mehl
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Aus Ei, Mehl, Olivenöl, Muskatnuss und Salz einen einfachen Nudelteig herstellen und diesen ca 15 Minuten ruhen lassen.

Für die Perlhuhnbrust:

2 Perlhuhnbrüste, mit Flügelknochen
 1 Zitrone, Abrieb
 20 g Butter
 Sonnenblumenöl, zum Anbraten
 2 Zweige Thymian
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Perlhuhnbrüste dekorativ putzen und vorsichtig die Haut vom Flügelknochen aus mit dem Zeigefinger anlösen, so dass eine Art Tasche entsteht. Von der Zitrone den Abrieb abreiben und diesen in die Tasche geben, ohne die Haut zu verletzen. Salzen und pfeffern und in Sonnenblumenöl rundherum goldbraun anbraten. Auf einem Gitter im Backofen bis zu einer Kerntemperatur von 56 Grad garen.

Vor dem Anrichten in aufgeschäumter Butter mit Thymian auf der Hautseite nachbraten, so dass eine krosse Haut entsteht.

Für die Fertigstellung:

½ Spitzkohl
 1 Scheibe Kochschinken
 1 kleine rote Zwiebel
 40 g Butter
 2 EL Olivenöl
 3 Zweige Majoran
 ½ TL Kümmel
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle

Kochwasser mit Salz für die Pasta aufstellen. Nudelteig dünn ausrollen und die entstandene Teigplatte in gleichmäßige „Fleckerl“ zupfen.

Kochschinken und Spitzkohl ebenfalls in gleichmäßige „Fleckerl“ zupfen.

Spitzkohl mit etwas Salz verkneten. Zwiebel abziehen und würfeln.

Kochschinken in Olivenöl hell anbraten und anschließend Zwiebeln und Spitzkohl mitbraten. Mit Muskatnuss und Kümmel abschmecken. Majoran fein hacken, damit würzen und bei geschlossenem Deckel ca 10 Minuten schmoren. Nudelfleckerl al dente kochen und tropfnass dazugeben. Mit

Butter schlotzig abbinden, abschmecken und anrichten. Die Perlhuhnbrust darauf anrichten.

Für den Crunch:

20 g Butter
 40 g Panko
 4 Zweige Blattpetersilie

Petersilie fein hacken. Panko in Butter bräunen, mit Petersilie verfeinern und auf den Fleckerl verteilen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Zusatzzutaten von Johannes:

Geflügelfond, Sherry

Johannes verwendete den Geflügelfond für die Krautfleckerl. Den Sherry nutzte er, um den Bratensatz aus der Pfanne zu lösen und um das ganze Gericht zu verfeinern.

Zusatzzutaten von Ina:

Sahne, Kalbsfond, Zucker

Ina verwendete den Kalbsfond für die Krautfleckerl. Den Zucker verwendete sie zum Abschmecken und die Sahne zum Verfeinern der Krautfleckerl.

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 02. April 2026** ▪
Zusatzgericht von Mario Kotaska



**Loup de mer im Garnelen-Trüffel-Mantel mit
Portweinbutter und Blumenkohlcreme**

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

2 Wolfsbarschfilets à 200 g, ohne Haut

Für den Mantel:

6 küchenfertige Garnelen, ohne Schale
 1 kleinen schwarzen Trüffel
 Salz, aus der Mühle

Für die Fertigstellung:

1 Knoblauchzehe
 1 Zweig Thymian
 Neutrales Öl, zum Anbraten

Die Wolfsbarschfilets in vier kleine Stücke schneiden.

Garnelen trockentupfen und fein hacken. Mit Salz würzen. Über die gehackten Garnelen erneut grob drüberhacken. Trüffel feinreiben und mit der Garnelenmasse vermengen.

Wolfsbarschfilet von einer Seite mit der Garnelen-Trüffel-Masse bestreichen. Eine Pfanne mit Öl erhitzen und das Fischfilet darin zuerst von beiden Seiten anbraten. Thymian und Knoblauch mit in die Pfanne geben.



**PROFI
TIPP**

Garnelen sind sehr eiweißreich. Damit dieses Eiweiß bindet, werden die Garnelen fein gewürfelt und mit Salz (und in diesem Fall Trüffel) vermengt. Hackt man die Masse anschließend noch einmal grob nach, wird das Eiweiß „aktiv“: Die Garnelen beginnen zu kleben, die Mischung bindet – und ergibt wie von selbst einen Garnelen-Trüffel-Mantel, den man auf den Fisch streichen kann. Beim Braten hält der Mantel zuverlässig und kann auf der beschichteten Seite direkt mitgebraten werden.

Für die Portweinbutter:

1 Schalotte
 100 g kalte Butter
 Neutrales Öl, zum Anbraten
 100 ml Rotwein
 200 ml dunkler Portwein

Schalotte abziehen, fein würfeln und in einen Topf mit Öl geben und anschwitzen. Mit Portwein und Rotwein auffüllen und fast komplett einreduzieren. Den Ansatz mit kalter Butter aufmontieren.

Für die Blumenkohlcreme:

½ Blumenkohl
 100 ml Sahne
 50 g Butter
 1 L Gemüsefond
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle

Blumenkohl in Röschen schneiden und diese in einem Topf mit Gemüsefond gar kochen. Flüssigkeit abgießen und für etwas anderes verwenden. Blumenkohl mit Muskatnuss würzen. Butter und Sahne hinzugeben. Alles zusammen cremig pürieren. Mit Salz würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist der **Loup de mer**, auch **Wolfsbarsch** genannt, aus folgenden Gebieten zu empfehlen. (*Stand April 2026*):

- 1. Wahl: Nördliche und mittlere Biskaya (ICES 8.a-b)
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Nordsee (ICES 4.b-c), Irische See (ICES 7.a), Ärmelkanal und Keltische See (ICES 7.d-h)
Handleinen und Angelleinen, Langleinen

Laut WWF sind tropische **Garnelen** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (*Stand April 2026*):

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