

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 20. März 2026** ▪
Finalgericht von Nelson Müller



Dorade mit Limettenkruste, Champagner-Risotto und Romanesco

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

4 Doradenfilets à 120 g, mit Haut
 1 Limette, Saft & Abrieb
 2 Eier
 Neutrales Öl, zum Anbraten
 Mehl, zum Melieren
 Panko, zum Panieren
 Salz, aus der Mühle

Die Doradenfilets ggf. entgräten und von der Haut befreien. Limettensaft auspressen und Limettenschale abreiben.

Pankomehl mit Limettenabrieb und etwas Saft mischen. Eier aufschlagen, verquirlen und mit Salz würzen. Aus Mehl, verquirlten Eiern und Pankomehl eine Panierstraße aufstellen und die Fischfilets nur von einer Seite panieren. Öl in einer Pfanne erhitzen und Fisch goldbraun braten.

Für das Risotto:

200 g Risottoreis
 1 Möhre
 ½ Stange Lauch
 ½ Knollensellerie
 1 Schalotte
 50 g Parmesan
 1 EL Butter
 2 EL Sahne
 500 ml Geflügelfond
 125 ml Sekt od. Champagner
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Geflügelfond in einem Topf erhitzen. Möhre und Knollensellerie schälen und in feine Würfel schneiden. Lauch putzen, waschen und ebenfalls in feine Würfel schneiden. Schalotte abziehen und fein würfeln.

Schalottenwürfel in Butter anschwitzen, den Risottoreis dazugeben und mit Sekt oder Champagner und etwas heißem Fond ablöschen. Den Reis unter ständigem Rühren und weiterer Zugabe von Fond so lange kochen, bis er al dente ist. Dabei die Gemüsegewürfel mitgaren. Parmesan reiben und unterrühren. Sahne unter das Risotto heben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Romanesco:

1 Romanesco
 2 EL Butter
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Romanesco waschen, in Röschen teilen und in kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Die Röschen in Eiswasser abschrecken und in heißer Butter schwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Zusatzzutaten von Nico:

Haselnüsse, Kresse

Nico verwendete die Kresse als Garnitur. Die Haselnüsse röstete er in der Pfanne an und gab sie ebenfalls als Garnitur über das Gericht.

Zusatzzutaten von Seda:

Dill

Seda verwendete Dill als Garnitur.



Laut WWF ist **Dorade (Goldbrasse)** nur **bedingt** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (*Stand: März 2026*):

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

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 20. März 2026** ▪
Zusatzgericht von Nelson Müller



**Kross gebratene Dorade mit Paprikaschaum, Couscous
und Fenchel-Salat**

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

2 Doradenfilets, mit Haut
 1 Knoblauchzehe
 1 Limette, Saft
 Olivenöl, zum Anbraten
 1 Zweig Rosmarin
 Fleur de Sel, zum Würzen
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Doradenfilets halbieren und die Haut leicht einschneiden. Salzen und pfeffern. In Olivenöl auf der Hautseite so lange braten, bis sie knusprig ist. Rosmarin und Knoblauch mit in die Pfanne geben. Fisch kurz wenden und mit etwas Limettensaft beträufeln.

Für den Paprikaschaum:

2 rote Paprikaschoten
 3 Schalotten
 1 Limette, Saft
 50 g Butter
 300 ml Sahne
 250 ml Weißwein
 400 ml Fischfond
 1 EL Sweet-Chili-Sauce
 1 TL geräuchertes Paprikapulver
 1 TL edelsüßes Paprikapulver
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und würfeln. Paprika von Scheidewänden und Kernen befreien und in Streifen schneiden.

Paprika und Schalottenwürfel in Butter anschwitzen. Mit Weißwein und Fischfond ablöschen und bis auf ein Minimum reduzieren.

Mit der Sahne auffüllen und mit edelsüßem und geräuchertem Paprikapulver sowie Sweet-Chili-Sauce abschmecken und passieren. Paprikaschaum mit einem Pürierstab aufschäumen.

Für den Couscous:

½ rote Paprikaschote
 ½ gelbe Paprikaschote
 200 g Couscous
 400 ml Gemüsefond
 Olivenöl, zum Anbraten
 Ras el-Hanout, zum Würzen
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gemüsefond in einem Topf erhitzen, aufkochen lassen, mit Ras el-Hanout und Salz würzen. Couscous in eine Schüssel geben und mit dem Fond übergießen. Die Schüssel abdecken und den Couscous gar ziehen lassen.

Paprika von Scheidewänden und Kernen befreien und in Brunoise schneiden. Eine Pfanne mit Öl erhitzen und die Brunoise kurz andüsten. Mit Pfeffer würzen. Sobald der Couscous gar ist, die Brunoise hinzufügen und ggf. nochmal etwas nachwürzen.

Für den Salat:

200 g Fenchelknolle, mit Fenchelgrün
2 EL Olivenöl
2 EL weißer Balsamicoessig
1 Prise Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fenchel waschen, putzen und den Strunk entfernen. Fenchel in feine Streifen hobeln. Mit Salz, Pfeffer, Zucker, Essig und Olivenöl marinieren. Fenchelgrün als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist **Dorade (Goldbrasse)** **nur bedingt** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (*Stand: März 2026*):

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