▪ Die Küchenschlacht – Menü am 04. April 2025 ▪
Finalgericht von Johann Lafer

Skrei-Wirsing-Rouladen mit Garnelen-Spinat-Farce, Walnuss-Schaum, Salzkartoffeln und Wirsing-Öl

Zutaten für zwei Personen

Für die Rouladen:
4 Skreifilets, à 100 g, ohne Haut
1 Wirsingkopf
1 Zitrone, Abrieb
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Vier äußere Wirsingblätter 2 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren, kalt abschrecken und trocken tupfen. Skreifilet trockentupfen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb würzen.

Für die Farce:
200 g küchenfertige Garnelen
30 g Spinat
40 ml Sahne
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Garnelen 30 Minuten vor der Zubereitung in das Tiefkühlfach stellen. Spinat grob schneiden. In kochendem Salzwasser 1-2 Minuten blanchieren, in ein Sieb gießen, kalt abschrecken und mit den Händen gut ausdrücken.
Garnelen, Spinat und Sahne in einem Blitzhacker zu einer feinen Farce mixen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Farce kalt stellen.

Zur Fertigstellung:

Die Mittelrippe der blanchierten Kohlblätter herausschneiden, auf ein Stück Frischhaltefolie legen und mit 1-2 EL Farce gleichmäßig bestreichen. Skreifilet mittig auf das mit Farce bestrichene Wirsingblatt legen und einrollen. Mithilfe der Folie die Wirsingrolle von der Längsseite her fest aufrollen und die Folienenden zusammendrehen. Wirsingrolle mit der Frischhaltefolie fest in einem Bogen Alufolie einwickeln und zusammendrehen. Aus den restlichen Zutaten weitere Rollen herstellen. Reichlich Wasser in einem breiten Topf auf 90 Grad Grad erhitzen. Skrei-Rouladen darin bei möglichst konstant 90 Grad 10-12 Minuten pochieren. Röllchen dabei mehrfach wenden, damit sie gleichmäßig garen. Rouladen aus dem Wasserbad nehmen, aus den Folien wickeln, halbieren und mit Pfeffer und Salz würzen.

PROFI TIPP

Rollen Sie mit einem Nudelholz über die blanchierten Wirsingblätter, um die Struktur der Blätter aufzubrechen. So lassen sich die Wirsingblätter im Anschluss besser verarbeiten bzw. einrollen.

Für das Wirsing-Öl:
60 g Wirsing
40 g Spinat
100 ml Sonnenblumenöl

Wirsing und Spinat grob schneiden. Öl in einem Topf auf ca. 80 Grad erhitzen. Öl mit Wirsing und Spinat in einem Küchenmixer sehr fein pürieren. Öl durch ein mit einem Passiertuch ausgelegtes Sieb in eine kleine Schale gießen. Wirsing-Öl bis zum Servieren kalt stellen.

Für den Walnuss-Schaum:
70 g Walnusskerne
2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
50 g kalte Butter

Schalotten und Knoblauch abziehen und grob hacken. Walnussöl in einem Topf leicht erhitzen und Schalotten, Knoblauch und 30 g der Walnusskerne darin bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten unter Rühren dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Portwein ablöschen und um die

100 ml Sahne
Kalte H-Milch, zum Aufschäumen
80 ml weißer Portwein
150 ml Fischfond
3 EL Walnussöl
Hergestelltes Wirsingöl, s.o.
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Hälfte einkochen lassen. Fischfond und Sahne zugießen, aufkochen und offen bei milder Hitze einkochen lassen.

Butter in kleine Würfel schneiden. Sauce in einem Küchenmixer fein mixen. Durch ein feines Sieb in einen weiteren Topf gießen. Butterwürfel nach und nach unter Rühren in der heißen, aber nicht kochenden Sauce auflösen lassen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und warm halten. Vor dem Servieren einen Schuss kalte H-Milch zugeben und die Sauce aufmixen.

Restliche Walnusskerne in einer Pfanne ohne Öl bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten rösten, aus der Pfanne nehmen, halbieren und abkühlen lassen.

Etwas vom hergestellten Wirsing-Öl und Walnüsse mit einem Löffel vorsichtig in die Sauce geben.

Für die Kartoffeln:
100 g festkochende Kartoffeln
30 g Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in einem Topf mit Salzwasser garkochen, in Butter schwenken und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Zusatzzutaten von Andreas:
Lorbeer
Petersilie

Andreas aromatisierte das Kochwasser der Kartoffeln mit Lorbeer. Vor dem Servieren gab er die fein gehackte Petersilie zu den Kartoffeln.

Zusatzzutaten von Felix:
Dill

Felix nutzte etwas Dill für die Garnitur des Gerichtes.

PROFI TIPP

Ein gutes Beispiel für nachhaltige Kabeljaufischerei ist der **norwegische Skrei**. Er wird aufgrund seiner Fangzeit von Januar bis April auch Winterkabeljau genannt und wird ausschließlich mit Handangeln und Langleinen gefangen. Das sind besonders schonende Fangmethoden, da sie das Ökosystem am Meeresboden nicht beeinträchtigen und den Beifang auf ein absolutes Minimum beschränken.

Tropische Garnelen sind vom WWF aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (*Stand März 2025*):

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