

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 01. November 2024** ▪
ChampionsWeek ▪ **Finalgericht von Robin Pietsch**



„Surf & Turf“: Kabeljau mit Geflügelleber, Kürbis-Beurre-blanc, karamellisiertem Grünkohl, Kürbis-Brunoise und Wildkräutersalat

Zutaten für zwei Personen

Für den Kabeljau:

ca. 400 g Kabeljauloin mit Haut
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone, Abrieb
1 EL Butter
2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Zitronenthymian
Mehl, zum Mehlieren
100 g Meersalz
Neutrales Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Kabeljau mit Meersalz von allen Seiten einreiben, in Folie einschlagen und kurz einwirken lassen. Dann das Salz abwaschen, den Fisch trocken tupfen und in Stücke schneiden. Die Stücke von der Hautseite mehlieren und vorsichtig abklopfen. Diese in einer Pfanne mit etwas Öl auf der Hautseite anbraten und mit frischem Knoblauch, Rosmarin und Zitronenthymian arrosieren. Fisch in eine gebutterte Auflaufform samt Aromaten geben und im Ofen bei 160 Grad 4-5 Minuten glasig garen. Zum Schluss etwas Abrieb der Zitrone zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Geflügelleber:

ca. 150 g ungestopfte Bio-Gänseleber
2 TL Butter
Honig, zum Abschmecken
1 Zweig Rosmarin
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einer Pfanne zu Nussbutter schmelzen lassen. Leber putzen und von allen Seiten in Nussbutter kurz und scharf anbraten. Rosmarin zugeben und zum Schluss etwas Honig über die Leber geben. Im Ofen bei ca. 55 Grad warmhalten. Erst am Ende salzen und pfeffern.

Für den Wildkräutersalat:

150 g Wildkräuter der Saison
1 Zitrone, Saft & Abrieb
15 g Weißweinessig
30 g Honig
60 ml neutrales Öl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Essig, Honig und Öl verrühren und mit Salz, Pfeffer, Abrieb und Saft der Zitrone abschmecken. Wildkräuter putzen und darin marinieren.

Für den karamellisierten Grünkohl:

200 g Grünkohl
Olivenöl, zum Braten
15 g brauner Zucker
3 g Salz

Grünkohl unter fließendem Wasser säubern, bis kein Sand mehr am Grünkohl haftet. Kohl mit Hilfe eines Küchentuches trocken tupfen. In eine heiße Pfanne Olivenöl geben, kurz heiß werden lassen und den Grünkohl hineingeben. Braunen Zucker dazu geben, die Hitze wegnehmen, mit Salz würzen und direkt servieren.

Für den Kürbis: Kürbis putzen. Schalotte und Knoblauch abziehen. Kürbis sowie die Schalotte in Brunoise schneiden. Knoblauch hacken. Einen Stieltopf aufstellen, die Hälfte der Butter sowie die Kürbis-Brunoise hineingeben. 200 g Hokkaido-Kürbis
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
40 g Butter
40 ml Wermut
100 ml Geflügelfond
2 Kapseln grüner Kardamom
1 Prise brauner Zucker
Salz, aus der Mühle
Alles einen Moment anrösten, dann salzen und zuckern. Schalotten und Knoblauch dazu geben. Butter braun werden lassen, Kardamom hinzufügen und mit Wermut ablöschen. Einkochen und den Geflügelfond dazu geben. Kardamom herausnehmen, Geflügelfond auf 1/5 einkochen lassen und zum Glasieren die andere Hälfte der Butter dazu geben. Final abschmecken.

Für die Beurre blanc: Kürbis entsaften. Koriander feinschneiden. Den aufgefangenen Saft auf die Hälfte reduzieren. Weißwein separat mit Koriander, Lorbeer und schwarzem Pfeffer um die Hälfte reduzieren. Beide Flüssigkeiten, sofern beides reduziert ist, zusammengeben. Anschließend passieren, mit Butter montieren und mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken. Schaumig aufmixen.
1 kg Hokkaido-Kürbis
200 g Butter
200 ml Weißwein
½ Bund Koriander
1 Lorbeerblatt
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Zusatzzutaten von Olga: *Olga wollte die Kürbiskerne in einer Pfanne rösten und sie mit der Kresse als Garnitur verwenden. Das schaffte sie zeitlich leider nicht. Etwas Chili gab sie an die Kürbis-Brunoise.*
Kürbiskerne
Kresse
Chili, aus der Mühle

Zusatzzutaten von Romy: *Romy wollte geröstete Kürbiskerne zum Salat und das Fleur de sel über die Kürbiskerne geben. Sie hat es leider vergessen anzurichten. Weißen Balsamicoessig verwendete sie anstatt des Weißweinessigs für den Salat.*
Kürbiskerne
Weißer Balsamicoessig
Fleur de sel



Laut WWF ist der **Kabeljau** nur bedingt zu empfehlen. Wenn er auf dem Teller landet, dann sollte er aus folgenden Fanggebieten stammen (Stand Oktober 2024):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Barentssee, Norwegische See, Spitzbergen, Bäreninsel ("Nordostarktis" - ICES 1,2), Langleinen, Stellnetze-Kiemennetze
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Island (ICES 5.a), Langleinen, Grundsleppnetze
- 2. Wahl: Nordpazifik FAO 61, 67: Beringsee (USA), Wildfang