

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 29. September 2026** ▪
Vorspeise mit Alexander Kumptner



Sigrid Flore

**Lachstatar im Gurkensud mit Wasabicreme und
Pumpernickel-Sesam-Topping**

Zutaten für zwei Personen

Für das Tatar:

200 g Lachsfilet, ohne Haut
 ¼ Schalotte
 ½ Limette, Abrieb
 1 Zweig Dill
 Meersalzflocken, zum Würzen
 Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Den Lachs mit einem scharfen Messer in kleine Würfel schneiden.

Schalotte abziehen und sehr fein würfeln. Limette heiß abspülen und die Schale abreiben. Dillspitzen abzupfen und feinhacken.

Alle Zutaten miteinander vermischen und mit Meersalzflocken und Pfeffer abschmecken. Zum Durchziehen in den Kühlschrank stellen.

Für den Gurkensud:

1 Salatgurke, ca. 500 g
 ½ kleine Zwiebel
 2-3 cm Ingwer
 1 Zitrone, Saft
 1 Zweig Dill
 Zucker, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle

Gurke abwaschen und abtrocknen. Zwiebel abziehen. Gurke mit Zwiebel und Dill fein mixen. Sud durch ein Passiertuch abseihen und auffangen.

Es sollte ca. 300 ml ergeben. Ingwer schälen und reiben. Sud mit etwas Ingwer, Zitronensaft, Zucker und Salz abschmecken. Durch ein feines Sieb passieren.

Für die Wasabicreme:

1 Zitrone, Saft
 70 g Doppelrahm-Frischkäse, Natur
 80 g Sauerrahm
 20 ml Sahne
 50 ml Vollmilch
 10 g Wasabi aus der Tube
 15 ml Sonnenblumenöl
 1-2 TL gemahlene Gelatine

Gelatine in warmer Milch auflösen.

Zitrone halbieren und 15 ml Saft auspressen.

Alle Zutaten verrühren und in ein Syphon füllen, zwei Kapseln aufschrauben und kräftig schütteln. Im Kühlschrank kühlen.

Für das Topping: Schwarzen und weißen Sesam in einer Pfanne ohne Fett rösten.
1-2 Scheiben Pumpernickel Pumpernickel zerbröseln und mit Sesam mischen.
1 EL schwarzen Sesam
1 EL weißen Sesam

Für die Fertigstellung: Tatar mit Limettenabrieb garnieren.
1-2 Limetten, Abrieb

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF Fischratgeber ist **Lachs (pazifischer)** aus folgendem Fanggebiet zu empfehlen (*Stand August 2026*):

- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Alaska, Wildfang (alle Fangmethoden)
- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Kanada, Buckellachs (*Oncorhynchus gorboscha*), Ketalachs (*Oncorhynchus keta*): Umschließungsnetze (Ringwaden), Haken und Langleinen (Schleppangeln)