

▪ **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)