

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 13. Juli 2021** ▪  
**Vorspeise mit Cornelia Poletto**



**Berta Carrasco Grau**

**Aguachile con tostones: Mexikanisches Ceviche von Kabeljau und Austernpilzen mit Kochbananen-Chips, Avocadomus und Mango-Mayonnaise**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Aguachile:**

2 Kabeljaufilets  
 12 Austernpilze  
 1 Gurke  
 3 Thai-Chilis  
 1 rote Zwiebel  
 1 Knoblauchzehe  
 8 große Limetten  
 1 Stück Ingwer  
 1 Bund Koriander  
 Salz, aus der Mühle  
 ½ TL schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel abziehen, in dünne Scheiben schneiden und in einer Schüssel mit 1 EL gesalzenem Wasser beiseitestellen.

Kabeljaufilets waschen, trockentupfen und würfeln. Austernpilze putzen und auch in Würfel schneiden. Jeweils in separaten Schüsseln beiseitestellen.

Nun Limetten halbieren, auspressen und Saft auffangen. Knoblauchzehe abziehen. Chilis entkernen und ein daumengroßes Stück Ingwer abschneiden und schälen. Koriander abrausen und trockenwedeln. Etwas Koriander für die Garnitur aufbewahren. Limettensaft mit Knoblauch, Chili, Ingwer und Koriander vermengen. Chili dem persönlichen Schärfe-Empfinden angepasst verwenden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend alles mit Fisch und Pilzen vermengen, sodass diese von allen Seiten komplett bedeckt sind. (Die Kombination aus Schärfe und Säure „gart“ Fisch und Austernpilze gleichermaßen. Die Frische von Fisch und Austernpilzen entscheidet über die jeweilige Garzeit. Beim Fisch sollte eine Verfärbung beim Garprozess sichtbar werden.)

Abschließend die Gurke schälen, von Enden befreien, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Zusammen mit den Zwiebeln zu der Aguachile geben und unterrühren.



**PROFI  
TIPP**

Um den Kabeljau bedenkenlos genießen zu können, sollte der Fisch laut Verbraucherzentrale Hamburg aus folgenden Fanggebieten stammen:  
 Atlantischer Kabeljau: **FAO 27 Nordatlantik (MSC, Naturland)** oder **FAO 27 Nordatlantik – Barentssee/Norwegische See (Nicht-MSC)**  
 Pazifischer Kabeljau: **FAO 60 Nordwestpazifik (MSC)** oder **FAO 67 Nordostpazifik (MSC)**.

**Für die Avocado:**

1 große, reife Avocado  
 1 Zitrone  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Avocado schälen, entkernen und mit einer Gabel fein zerdrücken. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Avocado mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken.

**Für die Tostones:**

2 Kochbananen  
 Sonnenblumenöl, zum Anbraten  
 1 TL Salz

Kochbananen schälen und in 3 cm dicke Scheiben schneiden. Eine Schale mit Salzwasser bereitstellen. In eine Pfanne etwas Öl geben und die Bananenscheiben von beiden Seiten anbraten, bis sie leicht braun sind. Bananenscheiben aus der Pfanne nehmen und mit einer Tasse plätten. Mit einer Zange die plattgedrückten Bananenscheiben kurz in das gesalzene Wasser halten und erneut von beiden Seiten anbraten.

**Für die Mayonnaise:** Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Anschließend Ei, Zucker, Zitronensaft, Salz und Öl in einen hohen Becher geben. Mit einem Stabmixer kurz über den Becherboden bei höchster Stufe halten und mixen, bis alle Zutaten miteinander verbunden sind. Dabei den Mixer dabei nicht bewegen. Abschließend die Mango schälen, entkernen und dazugeben. Alles so lange mixen, bis eine homogene Sauce entsteht

1 Zitrone  
½ Mango  
1 Ei  
200 ml Sonnenblumenöl  
1 TL Zucker  
Salz, aus der Mühle

Etwas Mayonnaise auf einen Tostón geben. Danach die Avocado darauflegen und im Anschluss etwas Aguachile auf die Avocado geben. Mit Koriander (von oben) garnieren. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.