

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 9. Juni 2021** ▪
ChampionsWeek ▪ **"Skandinavische Küche" mit Johann Lafer**



Guido Reiter

Nordic Vichyssoise mit Fiskefrikadeller, Dill-Honig-Schmand und grünem Spitzkohlsaft mit Gurke und Apfel

Zutaten für zwei Personen

Für die Nordic Vichyssoise:

200 g Kartoffeln
200 g Lauch, weißer Teil
½ Granny Smith Apfel
1 Stange Staudensellerie
6 Radieschen
1 TL Dijonsenf
500 ml Gemüsefond
300 ml Buttermilch
1 EL Apfelessig
4 EL kaltgepresstes Rapsöl
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 50 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Kartoffeln schälen und würfeln, Lauch in Ringe schneiden, Apfel schälen und in Würfel schneiden. Alles in 2 EL Rapsöl anschwitzen. Dann den Fond hinzugeben und 15 Minuten köcheln. Danach pürieren und auf geringe Hitze umstellen. Buttermilch unterrühren und mit Pfeffer und Salz würzen. 2 EL Rapsöl, Apfelessig, Senf, Salz und Pfeffer zu einer Vinaigrette verrühren.

Radieschen und Staudensellerie hobeln und in der Vinaigrette marinieren.

Für die Fiskefrikadeller:

300 g Kabeljaufilet, ohne Haut
1 geräuchertes Forellenfilet
1 kleine Zwiebel
40 g Weizenmehl
2 Msp. Backpulver
½ Ei
100 ml Vollmilch
½ Bund Dill
1 EL Butter
2 EL Rapsöl
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Fischfilets würfeln, Zwiebel abziehen und grob würfeln. Beides im Mixer pürieren. Salzen und pfeffern. Mit Mehl, Ei und Backpulver mixen und so viel Milch untermixen, bis die Konsistenz der Masse einem Kuchenteig ähnelt. Dill abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und unterheben.

Die Masse einkühlen (20 Minuten Kühlschrank oder 7 Minuten im Gefrierschrank).

Rapsöl und Butter in der Pfanne erhitzen. Fischmasse zu flachen Frikadellen formen und von jeder Seite 4 Minuten braten.

Fertige Frikadellen im Backofen warmhalten.



Der **Kabeljau** ist von Überfischung bedroht, doch nicht in allen Fanggebieten. Atlantischen Kabeljau mit MSC-Siegel können Sie bedenkenlos kaufen. Achten Sie auf die Bezeichnung: FAO 27 Nordostatlantik (MSC) oder FAO 27 Nordostatlantik – Barentssee / Norwegische See (Nicht-MSC).

Für den Schmand:

200 g Schmand
½ Bund Dill
1 EL Honigsenf
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Dill abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und mit dem Schmand und Honigsenf vermischen, dann salzen und pfeffern.

- Für den Spitzkohlsaft:** Zutaten grob zerkleinern und mit dem Eis und dem Zitronensaft im Mixer alles auf hoher Stufe mixen.
½ kleiner Spitzkohl
1 Salatgurke, mit Schale
1 Granny Smith Apfel
1 Zitrone, 2 EL Saft
100 g Crushed Ice
- Für die Garnitur:** Minze abbrausen und trockenwedeln. Als Garnitur für den Saft verwenden. Schnittlauch auf das Topping der Suppe geben.
2 Zweige Minze
2 Schnittlauchspitzen

Die Nordic Vichyssoise in einem tiefen Teller anrichten. Radieschen und Staudensellerie aus der Marinade nehmen und als Topping auf die Suppe geben. Suppe mit etwas Marinade beträufeln.

Fischfrikadellen mit dem Schmand auf einem kleinen flachen Teller anrichten. Spitzkohlsaft in ein kleines Einmachglas geben und mit einem Strohhalm servieren.