

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 13. August 2020 ▪  
**Warenkorb „Lachskotelett, Avocado, Aubergine“ mit Björn Freitag**



**Marco Van Der Kooi**

**Pulled Aubergine mit gedämpftem Lachs, Avocado-Mayonnaise, pochiertem Ei und Gurkenperlen**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für den Lachs:**

2 Lachskoteletts, à ca. 200 g  
 2 TL Gewürzmischung für Fisch

Den Backofen auf 200 Grad Oberhitze vorheizen.

Lachs säubern, die Haut entfernen und für den späteren Gebrauch beiseitestellen. Den Lachs mit etwas Fischgewürz betreuen und ca. 8 Minuten im Dampfgerar dämpfen.

**Für die Pulled Aubergine:**

1 Aubergine  
 100 ml Olivenöl  
 Mehl, zum Mehlieren  
 Sonnenblumenöl, zum Braten

Aubergine halbieren, beide Hälften in Olivenöl tunken, in Folie vakuumieren und in leicht kochendem Wasser ca. 15-18 Minuten garen. Öl in einem kleinen Topf erhitzen. Aubergine nach der Garzeit aus der Folie nehmen und mit zwei Gabeln die Fasern ziehen. Die Fasern mehlieren und in Öl kross braten.

**Für die Avocado-Mayonnaise:**

1 Avocado  
 1 Zitrone  
 1 Ei  
 1 EL mittelscharfer Senf  
 150 ml neutrales Öl  
 Piment d' Espelette, zum Würzen  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitrone halbieren, Saft einer halben Zitrone auspressen und Zitrone waschen und trockentupfen. Etwas Zitronenschale abreiben.

Ei, Senf, etwas Zitronensaft und Öl in ein hohes Gefäß geben und mit einem Handblender auf höchster Stufe pürieren. Zum Schluss Zitronenabrieb unterheben. Die halbe Avocado fein würfeln und unter die Mayonnaise heben. Mit Salz, Pfeffer und Piment d'Espelette abschmecken. Öl einer Pfanne erhitzen. Die andere Avocadohälfte in feine Streifen schneiden, mehlieren und kross ausbacken.

**Für die Gurkenperlen:**

½ Gurke  
 150 ml Weißweinessig  
 2 Lorbeerblätter  
 8 Pfefferkörner  
 60 g Zucker

Mit einem kleinen Kugelausstecher einige Gurkenperlen ausstechen.

Lorbeerblätter, Pfefferkörner, Zucker und Weißweinessig mit 100 ml Wasser kurz aufkochen bis der Zucker aufgelöst ist. Abkühlen lassen und in einen Gefrierbeutel geben. Gurkenperlen zugeben und marinieren.

**Für das pochierte Ei:**

1 Ei  
 1 Schuss Essig

Wasser mit einem guten Schuss Essig in einem Topf zum Kochen bringen. Das Wasser mit einem Schneebesen zu einem Wirbel drehen und das Ei vorsichtig hineinschlagen, so dass es im Wirbel des Wasser pochiert wird.

**Für die Garnitur:** Fett von der Innenseite der Lachshaut entfernen, mit Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern. Die Lachshaut in den vorgeheizten Backofen geben, bis sie kross ist.

Die beiseite gestellte Lachshaut,  
von oben  
1 Zitrone  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Lachs, Pulled Aubergine, pochiertes Ei und Avocado auf Tellern anrichten und mit Gurkenperlen, der krossen Lachshaut und Avocado-Mayonnaise garnieren.