

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 27. Juli 2026 ▪**
Leibgericht mit Nelson Müller



Cornelia Koall

**Risotto alla milanese mit gebratenem Lachs,
Erbsenpüree und Parmesan-Chip**

Zutaten für zwei Personen

Für das Risotto:

150 g Risottoreis, Carnaroli superfino
 ½ Schalotte
 100 g TK-Erbsen
 20 g Butter + 25 g kalte Butter
 50 g Parmesan
 50 ml Weißwein
 750 ml Hühnerfond
 ½ EL Safranfäden
 Piment d'Espelette, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Hühnerfond in einem Topf erwärmen.

Schalotte würfeln und in einem zweiten Topf in Butter anschwitzen. Reis dazugeben und umrühren. Mit Wein ablöschen. Safran dazugeben.

Kellenweise heißen Fond zufügen. Ca. 18 Minuten köcheln lassen, ab und zu umrühren. Wenn der Reis bissfest gegart ist, 1 Minute ruhen lassen, dann kalte Butterwürfel unterrühren. Parmesan reiben und ebenfalls unterheben.

Erbsen kurz in Salzwasser blanchieren und vor dem Servieren unter das Risotto heben. Risotto mit Piment d'Espelette, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Erbsenpüree:

300 g TK-Erbsen
 100 g Sahne
 1 EL Butter
 25 ml Gemüsefond
 Muskatnuss, zum Reiben
 1 Prise Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Erbsen in Butter andünsten, Fond und Sahne dazugeben. Mit Muskat, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Flüssigkeit reduzieren. Zum Schluss pürieren und durch ein Sieb streichen.

Für den Lachs:

2 Lachsfilets à ca. 150 g, mit Haut
 1 Zitrone, Abrieb
 30 g Butter
 Pflanzenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen. Lachsfilets von möglichen Gräten und Schuppen befreien und leicht salzen. Hautseite schräg einschneiden. Lachs ca. 4 Minuten auf der Hautseite braten. Lachs wenden und weitere ca. 4 Minuten braten. Mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb würzen.

Für den Parmesan-Chip:

50 g Parmesan

Parmesan reiben. Zwei Anrichteringe auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit Parmesan ausstreuen und im heißen Ofen zu Chips ausbacken. Abkühlen lassen.

Für die Garnitur:

1 Beet Erbsenkresse

Gericht mit Kresse garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF Fischratgeber ist **Lachs** (pazifischer) aus folgendem Fanggebiet zu empfehlen (*Stand Juni 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)