

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 25. September 2025 ▪
Tagesmotto „Herbstküche“ mit Nelson Müller



Angela Röschinger

Zander mit Kürbiskruste, Beurre blanc, Kürbispüree und Frisée-Salat mit Kräuterdressing

Zutaten für zwei Personen

Für das Kürbispüree:

½ Hokkaidokürbis

1 Kartoffel

100 ml Sahne

100 g Butter

Muskatnuss, zum Reiben

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 230 Grad Grillstufe vorheizen.

Kürbis in Stücke schneiden und Kürbisstücke in einen Topf mit kochendem Wasser geben. Etwa 15 Minuten garen bis das Fruchtfleisch weichgekocht ist. Das Wasser abgießen und den Kürbis in einem Sieb ausdampfen lassen. Die Kürbisstücke mit Sahne und Butter pürieren und mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Zanderfilet:

2 Zanderfilets, à 150 g, ohne Haut

1 Knoblauchzehe

½ Zitrone, Saft

1 Ei

80 g Butter + 1 TL Butter

1 TL neutrales Öl

80 g Pankobrösel

50 g Kürbiskerne

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ei trennen und Eigelb mit 80 g Butter in einer Schüssel schaumig rühren. Knoblauch abziehen und dazu pressen. Kürbiskerne hacken und mit Panko unter die Butter-Ei-Masse mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zander waschen, trockentupfen, salzen, pfeffern und mit Zitronensaft beträufeln. Butter und neutrales Öl zusammen in einer Pfanne erhitzen und die Zanderfilets bei schwacher Hitze zuerst 3 Minuten auf der Hautseite, dann 1 Minute auf der anderen Seite braten.

Die Filets in eine Auflaufform legen. Kürbiskernmasse vorsichtig darauf verteilen und glattstreichen. Im Ofen auf der oberen Schiene ca. 8 Minuten gratinieren.

Für die Beurre blanc:

1 kleine Schalotte

½ Zitrone, Saft

180 g kalte Butter

150 ml trockener Weißwein

2 TL Meersalz

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und klein würfeln. Schalotten mit dem Weißwein in einen Topf geben und fast einkochen. Butter klein schneiden und mit dem Schneebesen einrühren. Sauce mit Zitronensaft, Pfeffer und Meersalz würzen. Sauce nicht zu heiß werden lassen, da sie sonst gerinnt. Durch ein Sieb passieren und servieren.

Für den Salat:

½ Kopf Friséesalat
1 Frühlingszwiebeln
1 Schalotte
½ EL Sojasauce
½ TL mittelscharfer Senf
35 ml Apfelessig
1 TL Honig
50 ml Walnussöl
50 ml Gemüsefond
50 ml Rapsöl
½ TL brauner Rohrzucker
½ Bund Schnittlauch
3-4 Zweige Dill
3-4 Zweige glatte Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Dill und Petersilie zupfen und fein hacken. Schnittlauch mit einer Schere in feine Röllchen schneiden. Schalotte abziehen, fein würfeln und mit dem Rapsöl, Walnussöl, Apfelessig, Honig und Fond in einen hohen Rührbecher geben. Senf, Sojasauce, Rohrzucker, und je eine Prise Salz und Pfeffer hinzufügen und alle Zutaten mit einem Pürierstab kräftig durchmixen. Kräuter unter das Dressing rühren und für 15 Minuten zur Seite stellen.

Friséesalat putzen, gründlich waschen und die Blätter in kleine Stücke zupfen. Frühlingszwiebeln schräg in sehr dünne Scheibchen schneiden. Salat mit den Frühlingszwiebeln in eine große Schüssel geben, mit dem Kräuterdressing locker mischen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.