

▪ Die Küchenschlacht "Promi-Woche" – Menü am 19. Oktober 2017 ▪  
Warenkorb mit Nelson Müller

Warenkorb		
1 Seeteufelfilet à 250 g	Ananas	TK-Erbsen
Mango	Shiitake-Pilze	Zitronengras
Risotto-Reis	geschälte Pistazien	Ciabatta
cremige Kokosmilch	Feigensenf	Sake (Reiswein)
Sojasauce		



**Manon Straché**

**Erbesen-Schaumsüppchen mit Kokoscreme und Seeteufelspieß**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Suppe:**

300 g TK-Erbsen  
500 ml Gemüfefond  
200 g Sahne  
2 EL geschlagene Sahne  
2 Schalotten  
1 Limette, davon den Saft  
neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die TK-Erbsen einige Minuten antauen lassen. Die Schalotten abziehen und fein würfeln. In einem Topf das Öl erhitzen und die Schalotten mit Erbsen darin bei niedriger Hitze andünsten.

Den Fond und Sahne angießen und etwa 15 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Die Limette halbieren, auspressen und den Saft auffangen.

Die Suppe in einem Standmixer cremig aufmixen und durch ein Sieb passieren.

Mit etwa 1 ½ EL Limettensaft, Salz und Pfeffer die Suppe abschmecken.

**Für den Seeteufelspieß:**

1 Seeteufelfilet ohne Haut à 300 g  
2 Stangen Zitronengras  
30 ml Sojasauce  
1 Limette, davon der Saft  
Rapsöl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 65 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Seeteufel waschen, trockentupfen und halbieren. Die Limette halbieren und auspressen. Sojasauce mit Limettensaft und etwas Öl zu einer cremigen Marinade anrühren. Den Fisch darin etwa 15 Minuten ziehen lassen.

Das Zitronengras mit einem Messer spitz anschneiden. Den Fisch je in der Mitte mit dem Zitronengras aufspießen und in einer Pfanne mit Öl rundum etwa 5 Minuten anbraten.

Den Seeteufel aus der Pfanne nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und auf dem Ofenrost etwa 10 Minuten ziehen lassen.

**Für die Kokoscreme:**

3 EL cremige Kokosmilch  
3 EL geschlagene Sahne  
Chili, aus der Mühle  
Salz, aus der Mühle

Die Kokosmilch mit der geschlagenen Sahne in einer Schüssel vorsichtig vermengen.

Die Creme mit Chili und Salz abschmecken.

**Für die Garnitur:**

1 EL Pistazienkerne  
½ Limette, davon den Abrieb  
1 Zitrone

Die Pistazien in einer Moulinette fein hacken. Die Zitrone und Limette heiß waschen, die Zitrone in Scheiben schneiden und die Limette fein reiben.

Das Erbsen-Schaumsüppchen mit Kokoscreme und Seeteufelspieß auf Tellern anrichten, mit Pistazien, Zitronenscheiben und Limettenabrieb garnieren und servieren.



**Rolf Scheider**

## **Shiitake-Pistazien-Risotto mit gebratenem Seeteufel und Kokos-Zitronengras-Schaum**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für den Risotto:**

140 g Risotto-Reis  
70 g Shiitakepilze  
1 EL geschälte Pistazien  
1 kleine Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
75 ml trockener Weißwein  
200 ml Gemüsefond  
4 EL Butter, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Reis in einem Sieb unter fließendem Wasser gut auswaschen und abtropfen lassen.

Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Shiitakepilze abbürsten, putzen und halbieren. 2 EL Butter in einem kleinen Topf aufschäumen und die Zwiebeln mit Knoblauch und Pilzen darin etwa 3 Minuten anschwitzen.

Den Reis dazugeben und mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen und etwa 1 Minute reduzieren lassen. Fond nach und nach angießen und unter ständigem Rühren etwa 20 Minuten köcheln lassen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit der übrigen Butter cremig rühren.

**Für den Schaum:**

250 ml Kokosmilch  
2 Stangen Zitronengras  
1 Zitrone, davon 1 TL Saft  
100 g Sahne  
Salz, aus der Mühle

Kokosmilch mit Sahne in einem kleinen Topf erhitzen. Zitronengras mit einem Fleischklopfer anschlagen und dritteln. Das Zitronengras in den Topf geben und mit aufkochen.

Die Zitrone halbieren, auspressen und mit 1 TL Saft abschmecken.

Den Sud mit Salz abschmecken und mit einem Stabmixer kräftig aufmixen.

**Für den Seeteufel:**

2 Seeteufelfilets à 125 g  
1 TL Butter  
neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle

Den Fisch waschen, trockentupfen und in einer Pfanne mit heißem Öl etwa 3 Minuten rundum scharf anbraten. Die Butter dazugeben und den Fisch mit der aufgeschäumten Butter immer wieder begießen.

Mit Salz kräftig abschmecken.

Das Shiitake-Pistazien-Risotto mit gebratenem Seeteufel und Kokos-Zitronengras-Schaum abschmecken und garnieren.



**Anni Friesinger-Postma**

## **Gedünsteter Seeteufel mit Mangosauce und Kokos-Risotto**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Fisch:**

2 Seeteufelfilets à 125 g  
1 Knolle Ingwer à 2 cm  
¼ rote Chili  
1 EL Butter, zum Anbraten  
3 EL Rapsöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Fisch waschen und trockentupfen. Ingwer schälen und in feine Scheiben schneiden. Die Chilischote längs halbieren, die Kerne herauskratzen und fein hacken.

Den Fisch mit Öl, Ingwer und Chili marinieren. Den Fisch auf eine Bahn Alufolie geben und mit der Butter toppen.

Die Folie zu einem Päckchen verschließen und im Ofen etwa 15 Minuten garen.

### **Für den Risotto:**

130 g Risotto-Reis  
¼ Ananas  
250 ml Kokosmilch  
100 ml Gemüsefond  
1 Schalotte  
1 TL Butter  
neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Schalotte abziehen, kleinschneiden und in der Pfanne glasig andünsten. Den Risotto-Reis dazugeben und mit Gemüsefond ablöschen. Kräftig aufkochen und nach und nach Kokosmilch angießen.

Die Ananas von der Krone und dem Ansatz befreien, schälen, vierteln und vom Strunk schneiden. Die Ananas fein würfeln und den Risotto damit abschmecken.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Für die Sauce:**

½ Mango  
1 Schalotte  
1 Knoblauchzehe  
1 Knolle Ingwer à 2 cm  
1 TL Butter  
neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten  
Chili, aus der Mühle  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Mango halbieren, vom Stein schneiden, das Fruchtfleisch aus der Schale lösen und in Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauch abziehen und fein hacken. Ingwer schälen und fein würfeln.

Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen. Mango, Schalotten, Knoblauch und Ingwer darin andünsten.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit einem Stabmixer cremig aufmixen und durch ein Sieb streichen.

Mit reichlich Chili abschmecken.

### **Für die Garnitur:**

¼ Mango  
bunter Pfeffer, aus der Mühle

Einige Stifte aus der Mango heraus scheiden.

Den gedünsteten Seeteufel mit Mangosauce und Kokos-Risotto auf Tellern anrichten, mit den Mangostiften und buntem Pfeffer garnieren und servieren.