

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 02. August 2023** ▪  
**Finalgericht von Cornelia Poletto**



**Schwertfisch-Involtini mit Peperonata und Basilikum-Öl**

Zutaten für zwei Personen

**Für die Involtini:**

2 Schwertfisch-Steaks, je ca.  
 150 g, ohne Haut  
 1 Schalotte  
 1 Knoblauchzehe  
 6 getrocknete Tomatenfilet  
 in Öl  
 80 g Mozzarella  
 4 Zweige Basilikum  
 4 Schnittlauchhalme  
 Olivenöl, zum Braten  
 Feines Meersalz, zum Würzen  
 Piment d'Espelette, zum Würzen

Den Backofen auf 75 Grad Umluft vorheizen.

Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. In einer Pfanne mit dem Olivenöl bei mittlerer Hitze glasig anschwitzen, aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Schnittlauchhalme blanchieren und kalt abschrecken.

Tomatenfilets abtropfen lassen und fein hacken. Mozzarella ebenfalls fein würfeln. Basilikumblättchen abzupfen und in feine Streifen schneiden. Alle Zutaten vermischen und mit Salz und Piment d'Espelette abschmecken.

Die Schwertfisch-Steaks zwischen Backpapier leicht plattieren und dünn mit der Tomaten-Mozzarella-Mischung bestreichen. Zu Involtini aufrollen und mit den Schnittlauchhalmen zusammenbinden. Mit Salz und Piment d'Espelette würzen. Eine Pfanne erhitzen, die Involtini im Olivenöl von allen Seiten gleichmäßig anbraten. Bei 75 Grad im Backofen 10-15 Minuten fertig garen.



Laut WWF ist der **Schwertfisch** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand Juli 2023):

- 1. Wahl: Nordwestatlantik FAO 21: USA, Kanada (Handleinen und Angelleinen, Harpunen)
- 2. Wahl: Indischer Ozean FAO 51, 57 (Handleinen und Angelleinen)
- 2. Wahl: Westlicher Indischer Ozean FAO 51: Südafrika (Langleinen)

**Für die Peperonata:**

1 rote Paprikaschote  
 1 gelbe Paprikaschote  
 2 Roma-Tomaten  
 4 Frühlingszwiebeln  
 1 kleine rote Zwiebel  
 1 Knoblauchzehe  
 4 grüne, entsteinte Oliven  
 1 EL Kapern Nonpareilles  
 12 Basilikumblätter  
 10 Estragonblätter  
 2 EL bestes Olivenöl  
 Piment d'Espelette, zum Würzen  
 Feines Meersalz, zum Würzen

Paprikaschoten vierteln, entkernen und im vorgeheizten Ofen (Grillstufe) mit Oberhitze grillen, bis die Paprika schwarz ist. Mit einem feuchten Küchentuch abdecken und auskühlen lassen. Die Haut abziehen und die Paprika in Segmente schneiden. Tomaten häuten, vierteln, entkernen und in Segmente schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Zwiebel abziehen und in Streifen schneiden. Knoblauchzehe abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Oliven in kleine Würfel schneiden. Basilikum- und Estragonblätter fein schneiden.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln mit dem Knoblauch anschwitzen, mit Salz und Piment d'Espelette würzen. Die Paprika- und Tomatensegmente zufügen und alles ca. 5 Minuten schmoren lassen. Kapern, Oliven und Kräuter dazu geben und mit Salz und Piment d'Espelette abschmecken.

**Für das Öl:** Basilikum waschen, trockenschleudern und fein schneiden. Mit dem Öl in einen Topf geben, auf 60 Grad erhitzen und 15 Minuten ziehen lassen. Im Standmixer fein pürieren, durch ein Tuch passieren und auskühlen lassen.

**Für die Fertigstellung:** Die Involtini aus dem Ofen nehmen und mit Salt Flakes und Piment d'Espelette würzen. Schräg halbieren.  
Salt Flakes, zum Würzen  
Piment d'Espelette, zum Würzen  
Einige Basilikumblättchen  
Peperonata auf vorgewärmte Teller anrichten und die Involtini darauflegen. Mit dem Basilikumöl und Basilikumblättchen fertig stellen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

**Zusatzzutaten von Riccardo:** *Riccardo hackte die Pinienkerne klein und mischte sie unter die Füllung der Involtini. Zusätzlich streute er einige Kerne als Garnitur über das Gericht. Die Involtini-Füllung sowie die Peperonata schmeckte er mit Limettenabrieb und -saft ab. Den Rosmarin ließ er in seiner Peperonata mitköcheln.*  
Limette, Rosmarin, Pinienkerne

**Zusatzzutaten von Sabine:** *Sabine schmeckte ihre Peperonata mit Ahornsirup sowie Zitronenabrieb und -saft ab. Die Pinienkerne röstete sie in einer Pfanne ohne Fett an und gab sie als Garnitur kurz vor dem Servieren über das Gericht.*  
Zitrone, Ahornsirup, Pinienkerne

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 02. August 2023** ▪  
**Zusatzgericht von Cornelia Poletto**



**Kleine Saltimbocca mit Salsa verde und Kartoffel-  
Bohnen-Gemüse**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Saltimbocca:**  
 4 Medaillons vom Rinderfilet  
 4 Scheiben Parmaschinken  
 4 Salbeiblätter  
 Olivenöl, zum Braten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Fleisch zwischen Backpapier oder Folie legen und plattklopfen. Leicht mit Salz und Pfeffer würzen. Schinken auf die Größe der Medaillons zuschneiden und auf das Fleisch legen. Auf jedes Medaillon ein Blatt Salbei legen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Saltimbocca auf der Schinkenseite bei mittlerer Temperatur goldbraun braten. Medaillons umdrehen, Pfanne vom Herd nehmen und das Fleisch nur noch kurz ziehen lassen.



Wer keinen Fleischplattierer besitzt, kann das Fleisch auch mit einer Stielkasserolle bzw. einem Stieltopf klopfen.

**Für die Salsa verde:**  
 ½ Bund glatte Petersilie  
 ½ Bund Schnittlauch  
 1-2 Zweige Bohnenkraut  
 1 Knoblauchzehe  
 1 Zitrone, davon Abrieb  
 1-2 TL Kapern  
 1 Anchovisfilet, in Olivenöl  
 Weißer Balsamicoessig, zum  
 Abschmecken  
 100-200 ml Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Petersilienblätter abzupfen. Petersilie und Schnittlauch klein schneiden und zusammen in eine Schüssel geben. Mit Olivenöl auffüllen, sodass die Kräuter bedeckt sind. Knoblauch halbieren, hinzugeben und ziehen lassen. Bohnenkrautblätter abzupfen und fein schneiden. Zur Petersilien-Schnittlauch-Mischung geben.

Kapern und Anchovisfilet fein hacken. Zu den Kräutern geben. Mit Zitronenabrieb, Weißweinessig, Salz und Pfeffer würzen. Knoblauchzehe vor dem Servieren entfernen.



Die Salsa verde können Sie in größerer Menge vorbereiten und im Kühlschrank aufbewahren. Wichtig ist, dass die Salsa verde immer wieder mit Olivenöl aufgefüllt wird, wenn man etwas von der Sauce abnimmt.

Mit Säure, zum Beispiel Zitronensaft, erst zum Schluss abschmecken, denn sonst wird die Salsa verde schnell grau.

**Für das Kartoffel-Bohnen-Gemüse:**

5-6 Kartoffeln  
100 g grüne Bohnen  
6-8 Kirschtomaten  
1 Zitrone, davon Saft  
Olivenöl, zum Braten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle  
Eiswasser

Kartoffeln mit Schale in Salzwasser kochen, dann abgießen, pellen und vierteln. Bohnen putzen, in Salzwasser blanchieren, dann in gesalzenem Eiswasser abschrecken. Wasser abgießen und Bohnen halbieren.

Kirschtomaten halbieren oder vierteln.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln darin anbraten. Tomaten und Bohnen hinzugeben und schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Etwas Salsa verde dazugeben und erneut durchschwenken. Mit Zitronensaft abschmecken.



Salzen Sie das Eiswasser, bevor Sie die Bohnen darin abschrecken. So behalten sie ihren Geschmack und laugen weniger schnell aus.

**Für die Garnitur:**

5 g Parmesan

Parmesan über das Gericht streuen und servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.