

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 20. April 2021** ▪
Vorspeise mit Björn Freitag



Paul Krieger

**Zweierlei Tatar von Saibling und Avocado mit
Limettensauce und Knoblauchbrot**

Zutaten für zwei Personen

Für das Avocado-Tatar:
 2 reife Avocados
 1 rote Chilischote
 1 kleine Schalotte
 1 Limette
 2 Zweige Koriander
 Etwas Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Avocado halbieren, Fruchtfleisch auslösen und in kleine Würfel schneiden. Schalotte abziehen und fein hacken. Chili der Länge nach aufschneiden, von Kernen und Scheidewänden befreien und fein schneiden. Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen.

Avocado, Schalotte, Koriander und Chilischote mit etwas Olivenöl vermengen und mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken.

Für das Saiblings-Tatar:
 2 Saiblingfilets, ohne Haut
 1 Limette
 1 kleiner fester saurer Apfel
 1 kleines Stück Ingwer
 Etwas Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Saiblingsfilet waschen, trockentupfen und in kleine Würfel schneiden. Ingwer schälen und fein schneiden. Apfel waschen, trockentupfen, vom Kerngehäuse befreien und in kleine Würfel schneiden. Saibling, Ingwer und Apfel miteinander vermengen und Öl hinzugeben. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Tatar mit Salz und Pfeffer würzen und kurz vor dem Anrichten mit Limettensaft verfeinern.



Beim Kauf von **Saibling** sollten Sie darauf achten, dass der Fisch aus nachhaltiger Fischerei stammt. WWF empfiehlt insbesondere Produkte, die mit einem **Bio Label (Aquakultur)** sowie mit dem **ASC Label (Aquakultur)** gekennzeichnet sind. Empfehlenswert sind Fische, die aus Europa und der Schweiz stammen und in Kreislaufanlagen gezüchtet werden, außerdem Fische aus Island, die aus Teichanlagen und Durchflussanlagen stammen.

Für das Brot:
 1 Baguette
 2 Knoblauchzehen
 Butter, zum Rösten
 Olivenöl, zum Beträufeln

Ciabatta in kräftige Scheiben schneiden und mit Butter in der Pfanne rösten. Knoblauchzehe in der Hälfte durchschneiden und mit der offenen Seite über das geröstete Ciabattabrot streichen. Mit Olivenöl beträufeln.

Für die Sauce: Schalotte abziehen, sehr fein würfeln und in Butter dünsten. Limette waschen, trockentupfen, Schale abreiben und zur Seite stellen. Zitrone halbieren, auspressen und Saft einer Hälfte auffangen. Schalotte mit Sahne ablöschen, Limettenschale und Zitronensaft hinzugeben und alles einkochen lassen. Mit einem Stück Butter abbinden und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

1 Schalotte
1 Limette
½ Zitrone
2 EL Butter
80 ml Sahne
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Kresse putzen. Limette waschen, trockentupfen und Schale runterschneiden.

3 EL ausgelöste Granatapfelkerne
1 Limette
1 Kresse-Beet

Tatire im Ring anrichten, Sauce mit auf den Teller geben, ein Knoblauchbrot mit auf den Teller geben und das Gericht mit Kresse, Limettenscheiben und Granatapfelkernen garniert servieren.