

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 29. April 2024** ▪  
**Leibgericht mit Mario Kotaska**



**Jasmin Vogel**

**Gebratener Lachs mit Gnocchi, Spargel-Tomaten-Gemüse und Basilikum-Pesto**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die den Lachs:**

300 g Lachsfilet, mit Haut  
 1 Zitrone, Saft  
 100 g Butter  
 1 Zweig Thymian  
 1 Zweig Estragon  
 2 EL Rapsöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Lachs waschen und trockentupfen. Öl in einer Pfanne erhitzen und bei mittlerer Hitze den Lachs zunächst auf der Hautseite vier Minuten braten. Thymian, Estragon und 1 EL der Butter hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Fisch mit Zitronensaft beträufeln. Dann den Fisch immer wieder mit der flüssigen Butter aus der Pfanne übergießen.

Restliche Butter in einem Topf schmelzen bis sie anfängt zu schäumen. Lachs mit der Hautseite nach oben in den Topf legen und garziehen lassen. Nochmals würzen und mit Zitronensaft beträufeln.

**Für die Gnocchi:**

250 g mehligkochende Kartoffeln  
 1 Ei, Gr. S  
 ½ EL Butter  
 40 g Reismehl + Reismehl für die  
 Arbeitsfläche  
 40 g Stärke  
 ½ TL Kurkumapulver  
 ½ TL geräuchertes Paprikapulver  
 Muskatnuss, zum Reiben  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und kleinschneiden. Für ca. 20 Minuten weich kochen. Anschließend durch eine Kartoffelpresse drücken und etwas auskühlen lassen.

Ei trennen und Eigelb auffangen. Eigelb mit Reismehl, Kartoffel, Kurkumapulver, Muskat, Salz und Pfeffer zu den gepressten Kartoffeln geben und gut verkneten. Falls der Teig zu sehr klebt, noch etwas Mehl zugeben. Die Mehlgabe ist abhängig von der Kartoffelsorte und Größe des Eis.

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einer etwa 2 cm dicken Teigrolle formen und diese in jeweils 3 cm breite Stücke teilen. Jedes Stück über die Spitzen einer Gabel rollen und dabei leicht flach drücken.

Salzwasser aufkochen und die Gnocchi portionsweise etwa 2 Minuten garen, bis diese an der Wasseroberfläche schwimmen. Die fertigen Gnocchi mit dem Schaumlöffel herausnehmen. Anschließend noch einmal in Butter schwenken und mit Paprikapulver würzen.

**Für das Gemüse:**

½ Bund grüner Spargel  
 100 g bunte Kirschtomaten  
 1 Stange Frühlingslauch  
 1-2 Knoblauchzehen  
 ½ rote Chilischote  
 ½ Orange, Saft & Abrieb  
 ½ Zitrone, Saft & Abrieb  
 1 EL Apfelessig  
 1 EL Balsamicocreame  
 2 Zweige Estragon  
 1 EL Puderzucker  
 1 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle

Kirschtomaten waschen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Den unteren Teil des Spargels mit einem Sparschäler schälen und das hölzerne Ende abschneiden. Quer in Stücke schneiden.

Zuerst die Spargelenden in Olivenöl anbraten. Apfelessig und Balsamicocreame hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann die restlichen Spargelstücke hinzugeben. Orange und Zitrone heiß abspülen, die Schale abreiben, dann halbieren und jeweils den Saft auspressen. Etwas Orangen- und Zitronensaft zum Spargel geben. Knoblauch abziehen, Chilischote von Scheidewänden und Kernen befreien. Knoblauch, Chili und Estragon schneiden und mit zum Spargel in die Pfanne geben. Kurz bei mittlerer Hitze mitbraten.

Zum Ende die Kirschtomaten mit Puderzucker in die Pfanne hinzugeben und es etwas karamellieren lassen.

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Vor dem Servieren Orangenabrieb, Zitronenabrieb und kleingeschnittenen Frühlingslauch dazugeben.

**Für das Pesto:**

1 Knoblauchzehe

1 Zitrone, Saft

40 g Parmesan

40 g Pinienkerne

½ Bund Basilikum

50 ml Olivenöl

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten.

Knoblauch abziehen und fein schneiden. Zitronensaft auspressen. Parmesan reiben.

Alle Zutaten in einen Mixer geben. Mit Salz Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken und mixen bis eine cremige Konsistenz entsteht.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Sollten Sie **Lachs** verarbeiten wollen, dann greifen Sie am besten auf pazifischen Lachs zurück. Laut WWF sind Fische aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand April 2024):

- 1. Wahl (pazifischer Lachs): Nordostpazifik FAO 67: Alaska (Wildfang, alle Fangmethoden)
- 1. Wahl (pazifischer Lachs): Nordostpazifik FAO 67: Kanada, Buckellachs (*Oncorhynchus gorboscha*), Ketalachs (*Oncorhynchus keta*): Umschließungsnetze (Ringwaden), Haken und Langleinen (Schleppangeln)