▪ Die Küchenschlacht – Menü am 23. Januar 2024 ▪
Vorspeise mit Zora Klipp

Anna Haase

Lachsforellen-Tatar mit Gurken und Radieschen, Meerrettichcreme und Dinkel-Cracker

Zutaten für zwei Personen

Für das Tatar:
1 Lachsforellenfilet, à 200 g
3 Radieschen
½ Gurke
1 Zitrone, Saft
¼ Bund Schnittlauch
¼ Bund Dill
2 TL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen aus 180 Grad Umluft vorheizen.

Gurke schälen, der Länge nach halbieren, entkernen und klein schneiden. Radieschen klein schneiden. Kräuter fein hacken. Zitrone halbieren und auspressen. Gurke, Radieschen und Kräuter mit Salz und Pfeffer würzen und Olivenöl unterrühren. Fisch fein würfeln und dazu geben. Zitronensaft unterrühren und nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Meerrettichcreme:
2 TL Meerrettich, aus dem Glas
100 g Schmand
70 ml Sahne
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Meerrettich, Schmand und Sahne miteinander vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen und in eine Espumaflasche geben. Bis zum Anrichten in den Kühlschrank stellen und anschließend neben das Tatar geben.

Für die Cracker:
80 g Dinkelmehl, Type 630
100 g Parmesan
50 g Butter
35 g Joghurt
2 g Salz
Fleur de Sel, zum Würzen
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Mehl, Butter, Joghurt und Salz zu einem glatten Teig verkneten. Teig 2 cm dick ausrollen und nach Belieben ausstechen oder zuschneiden. Mit Fleur de Sel, Parmesan und Pfeffer bestreuen.

Im Backofen ca. 15 Minuten backen.

Für die Garnitur: Gericht mit Kresse und Sprossen garnieren.

1 Beet Kresse
Einige rote Rettichsprossen

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

PROFI TIPP

Laut WWF ist die **Meerforelle**, **Seeforelle** oder **Bachforelle** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (*Stand Januar 2024*):

- 1. Wahl: Bachforelle, Seeforelle: Österreich (Aquakultur: Teichanlagen, Durchflussanlagen)
- 2. Wahl: Bachforelle, Seeforelle: Deutschland, Finnland (Aquakultur: Durchflussanlagen, Netzkäfiganlagen)
- 2. Wahl: Bachforelle, Seeforelle: Binnengewässer Schweiz, Nordirland (Wildfang: Stellnetze-Kiemennetze)
- 2. Wahl: Meerforelle: Nordostatlantik FAO 27: Ostsee (22-29) (Wildfang: Langleinen)