

**It's all about  
FAIRTRADE**



**Das Kochduell der  
Spitzenköch\*innen**

## **Lachs | Reis | Mangold | Tom Ka Gai**

**Philipp Wippel & Peter Blecha**

ERSTE Lounge



### **Gepuffter Reis**

50 g FAIRTRADE-Jasminreis weiß | 50 g FAIRTRADE-Jasminreis braun | 1 l Wasser | 1 TL Salz  
| 500 ml Pflanzenöl

Bitte beachten Sie, dass der gepuffte Reis am Vortag zubereitet werden muss.  
Wasser zum Kochen bringen und den Reis bei mittlerer Hitze, unter ständigem Rühren,  
weichkochen. Danach den Reis in ein Sieb füllen und mit kaltem Wasser so lange  
abwaschen, bis er ausgekühlt ist.

Den Reis auf einer Sil-Pad-Matte ausbreiten und mit Hilfe eines Dehydrators über Nacht  
bei 50° C trocknen lassen. Anschließend frittieren Sie den trockenen Reis mit Pflanzenöl bei  
200° C bis er knusprig ist, schöpfen ihn ab, legen ihn auf ein Stück Küchenrolle und lassen  
den Reis abtropfen. Zuletzt wird der gepuffte Reis noch mit etwas Salz gewürzt.

### **Tom Ka Gai – Sauce**

1 kg Hummerkarkassen | 3 Stk. Geflügelkarkassen | 6 Stk. Schalotten | 3 Stk. Karotten | 2  
Stangen Zitronengras | 1 Knoblauchzehe | 1 EL Tom Ka Gai-Paste | 800 ml FAIRTRADE-  
Kokosmilch | 500 ml Geflügelfond kräftig | 500 ml Weißwein | ½ Bund Koriander | 1 TL  
Fischsauce | Salz | Cayenne

Hummerkarkassen und Geflügelkarkassen separat auf einem Blech mit Salz und  
Pflanzenöl im Ofen bei 200° C goldbraun rösten - etwa 10-15 Minuten.  
Die Karotten und Schalotten schälen und in kleine Würfel schneiden, die Knoblauchzehe  
ebenfalls schälen und in feine Scheiben schneiden.



Das Zitronengras klopfen und hacken - anschließend alles in einem großen Topf mit etwas Öl anschwitzen, bis es etwas Farbe bekommt. Beide Karkassen aus dem Ofen nehmen und zu dem Gemüse geben und leicht anschwitzen, die Tom Ka Gai-Paste hinzugeben und mit dem Weißwein ablöschen und sirupartig einkochen.

Mit Kokosmilch und Fond auffüllen und aufkochen lassen, mit Fischsauce, Koriander, Salz und Cayenne die Sauce abschmecken und 10 Minuten köcheln lassen. Danach die Sauce abpassieren und bei mittlerer Hitze beiseitestellen, vor dem Servieren mit dem Stabmixer mixen.

### **Reiscreme**

200 g FAIRTRADE-Jasminreis | 1 l FAIRTRADE-Kokosmilch | 2 EL Butter | 1 Stange  
Zitronengras | 1 Limettenblatt | 1 TL FAIRTRADE-Ingwer | 1 T L Salz

Den Ingwer reiben, das Zitronengras klopfen und anschließend den Jasminreis mit den Gewürzen mit etwas Butter glasig anschwitzen und mit der Kokosmilch nach und nach aufgießen, bis der Reis verkocht ist. Danach im Thermomix so lange mixen bis sich eine homogene Crème bildet (sollte die Crème zu dick werden, mit etwas Kokosmilch verdünnen und erneut mixen). In eine Spritzflasche füllen und in einem heißen Wasserbad bereithalten.

### **Mangold**

500g Mangold | 2 EL Schalotten fein gewürfelt | 1 EL Öl | Salz | Pfeffer

Den Mangold waschen, die Stiele und Blätter separieren. Die Blätter in 1 cm breite Streifen und die Stiele in kleine Scheiben schneiden. Die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden, anschließend die Schalotten mit den Stielen in etwas Öl in einer Pfanne anschwitzen. Danach die Blätter dazugeben und kurz durchschwenken und würzen.

### **Lachs**

1 kg Lachs geputzt | 5 EL Zitronenöl | 1 TL grobes Meersalz | 1 El knusprige Algen\*

*\*erhältlich im Asia Markt*

Die Haut und die Gräten vom Lachs entfernen und den Fisch in ca. 5x5cm (80-100g) große Würfel schneiden. Den Lachs mit Öl marinieren und bei Seite stellen. Kurz vor dem Servieren den Lachs bei 65°C im Ofen ca. 13-15 Minuten garen. Nach dem Garen den Fisch mit einem Flambierbrenner abflämmen und mit etwas Salz würzen

Die Algen benötigen Sie erst zum Anrichten auf dem Teller.

### **Serviervorschlag**

Mangold in der Mitte eines tiefen Tellers platzieren und den Lachs mit Hilfe von ein wenig Reiscreme auf dem Mangold fixieren. Die Tom Ka Gai-Sauce verteilen Sie gleichmäßig um den Mangold. Verteilen Sie im Anschluss die knusprigen Algen und den gepufften Reis auf den Lachs und Ihr Gericht ist servierfertig.