

# Menü 2 - Workshop um 17:00

## **Zweierlei gebratener Fisch (Kärntna Låxn und Natursaibling)**

auf einem Erdbeer-Spargel-Risotto mit Hübelbauers Most,  
„Glundenem Käse“, grünem Pfeffer und Zitronenthymian

(4 Personen)

### **Zutaten**

- 2 Kärntna Låxn-Filets von Kärnten Fisch aus Feld am See
- 2 Natursaibling-Filets von SIGI´S Natursaibling
- 300 g Risotto-Reis (z.B. Carnaroli, Arborio oder Vialone)
- 160 g Erdbeeren, in Würfel geschnitten
- 8 Schalotten, wahlweise 2 mittlere Zwiebeln, fein gewürfelt
- ca. 1,5 Liter klare Gemüse- oder Hühnersuppe
- 1 Schuss Weißwein oder Birnenwein aus Kärnten
- ca. 200g g Glundener Käse vom Hübelbauer, wahlweise Parmesan, frisch gerieben
- Österreichisches Natursalz und Pfeffer aus der Mühle
- 2 EL Zitronenthymian, gerebelt und grob gehackt
- 1 Thymianzweig zum Braten
- 1 EL Grüne Pfefferkörner (eingelegt in Lake)
- Regionales Rapsöl, wahlweise Olivenöl
- Etwas Butter

# Gekocht wird mit regionalen Zutaten von

### **Kärnten Fisch**

Feld am See

### **SIGI´S Natursaibling**

Ebene Reichenau

### **Buschenschank Hübelbauer**

Bad Kleinkirchheim

### **Weinbau Köck**

Feldkirchen in Kärnten

## Menü 2 - Workshop um 17:00

### Zweierlei gebratener Fisch (Kärntna Låxn und Natursabling)

#### Zubereitung

Das Öl erhitzen und die fein gewürfelten Schalotten darin anschwitzen, dabei nicht braun werden lassen. Nun kommt der Reis hinzu und wird glasig mit angeschwitzt, dabei ebenfalls nicht braun rösten. Dann gleich mit etwas Suppe und einem Schuss Birnenwein oder Weißwein aufgießen. Nun wird so lange eingekocht und immer wieder mit etwas Suppe und Wein aufgegossen, bis der Reis cremig einkocht. Dies kann ungefähr 12 bis 15 Minuten dauern. Wichtig ist, dass der Risotto-Reis am Ende trotzdem noch körnig ist. Am Ende die Erdbeeren und den Zitronenthymian sowie den grünen Pfeffer hinzugeben und vorsichtig mit dem Risotto verrühren - diese bleiben dann noch schön in ihrer Form.

Bei einem Risotto kann man nie ganz genau sagen, wie lange die Kochzeit beträgt – daher immer probieren und eventuell wenig Flüssigkeit nachgießen. Ganz am Ende kommt der Glundene Käse unter das Risotto, damit es noch cremiger und würziger wird. Bei Bedarf eventuell mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken – kommt auf die Würze des „Glundenen“ an.

Die Fischfilets mit der Haut in Streifen schneiden/teilen, sodass je 4 Stück Kärntna Låxn-Streifen und 4 Stück Natursabling-Streifen entstehen. Diese nur leicht salzen und in einer separaten Pfanne in etwas Öl und Butter mit einem Thymianzweig auf beiden Seiten, am besten innen noch leicht glasig, auf den Punkt braten. Die Haut soll dabei schön knusprig gebraten werden. Die Filets dann am Risotto gemeinsam anrichten, sodass jede Person beide Fischarten bekommt.



#### Marco's Tipp

Erdbeeren sind zu pikanten Gerichten eine traumhafte Kombination und geschmackliche Überraschung – man muss sich nur darauf einlassen.

Unter Risotto-Reis versteht man spezielle Sorten. Die bekanntesten sind u. a. „Vialone“, „Arborio“ und Carnaroli, wobei letztere Sorte die edelste und exklusivste ist. Sie sind perfekt für ein Risotto, geben eine cremige Konsistenz und bleiben trotzdem körnig, da sich ein Teil der jeweiligen Reisstärke, die Amylose, beim Kochen auflöst.

# Menü 2 - Workshop um 17:00

## Marcos

### “Langsam gedünstete Gustostückerln vom Nockberge Almrind

in kräftiger „Shilling Granatbier-Sauce“ auf Mallhof-Käse  
Cremepolenta mit bunten Sprossen vom Ottingerhof

(ca. 4-6 Portionen)

#### Zutaten

- 1 kg Gustostückerln vom Nockberge Almrind (Teile zum Schmoren – z.B. Rinderwangerln (Backen), Rinder-Rippen, Wadschinken, Fledermaus etc.)
  - 500 ml Shilling Granatbier (halbdunkles Bier der Shilling Brauerei)
  - 375 ml (1/2 Flasche) kräftiger Rotwein
  - 200 g Selleriewurzel, in Würfel geschnitten
  - 200 g Karotten, in Würfel geschnitten
  - 1/2 Stange Lauch, in kleine Scheiben geschnitten
  - 1 große Zwiebel, in gröbere Würfel geschnitten
  - 50 g Tomatenmark
  - 200 ml Tomatensauce (auch Tomaten in Stücken möglich)
  - 300 ml kräftige klare Rindsuppe
  - 1 EL klassisches Paprikapulver
  - 1 EL geräuchertes Paprikapulver (wahlweise einen weiteren EL klassisches Paprikapulver)
  - 6 Lorbeerblätter
  - 1 gehäufter EL Majoran, fein gehackt (wahlweise 2 EL getrocknet)
  - 1 gehäufter EL Thymian, fein gehackt
  - Salz und Pfeffer aus der Mühle nach Geschmack
  - etwas dunkle Schokolade zum Verfeinern
  - Neutrales Öl zum Anbraten
- Für den Cremepolenta:
- 200 g Polenta
  - 800 ml Wasser
  - 150 g Käse vom Mallhof (z.B. Schnittkäse oder Camembert), gerieben
  - 2 Messerspitzen Muskatnuss gemahlen
  - Salz nach Geschmack

## Gekocht wird mit regionalen Zutaten von

**BV Nockfleisch**

Patergassen

**Shilling Brauerei**

Untertweg b. Radenthein

**Mallhof – die Biobauern**

Bad Kleinkirchheim

**Ottingerhof**

Bad Kleinkirchheim

**Weinbau Köck**

Feldkirchen in Kärnten

## Menü 2 - Workshop um 17:00

### Marcos

## “Langsam gedünstete Gustostückerln vom Nockberge Almrind

#### Weineempfehlung:

Hauptspeise: Halbdunkles Shilling Granat Bier von der Shilling Brauerei oder Roesler Reserve 2018 vom Weinbau Köck, Feldkirchen

#### Zubereitung

Das Öl erhitzen und die fein gewürfelte Schalotten darin anschwitzen, dabei nicht braun werden. Das Rindfleisch in größeren Teilen am besten im Ganzen schmoren und mit etwas Salz würzen. In einer Pfanne in Öl bei hoher Hitze ringsum anbraten. Aus der Pfanne nehmen und den Bratensatz mit etwas Rotwein ablöschen und beiseite stellen. In einem größeren Topf das Wurzelwerk scharf anrösten – es kann durchaus eine starke Röstfarbe annehmen. Das Tomatenmark und das geräucherte Paprikapulver hinzugeben. Kurz mitrösten und nun mit dem Shilling Granatbier, dem Rotwein sowie mit der Rindsuppe aufgießen. Die Tomatensauce und die Kräuter sowie die Lorbeerblätter hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen. Nun das Fleisch wieder hinzugeben. Das Ganze bei sehr geringer Hitze ca. 1,5 - 2 Stunden langsam schmoren, bis das Fleisch zart ist.

Wer möchte, kann das Fleisch zum Schluss herausnehmen und die Sauce durch ein Sieb geben. Ich persönlich bevorzuge es jedoch, die verkochten Wurzelwerk-Stücke am Ende mit zu servieren. Etwas dunkle Schokolade verleiht der Sauce am Ende einen runden und vollen Geschmack.

#### Zubereitung Cremepolenta

Das Wasser erhitzen und etwas salzen. Den Polenta (Maisgries) in das kochende Wasser einrieseln lassen und gut mit einem Schneebesen verrühren. Nun bei leichter Hitze so lange rühren, bis sich eine cremige Masse ergibt. Zum Schluss den geriebenen Käse unterrühren. Die gemahlene Muskatnuss hinzugeben und bei Bedarf nochmals mit etwas Salz abschmecken.

Zum Schluss die zart geschmorten Gustostückerln vom Nockberge Almrind in mundgerechte Stücke bzw. in passende Portionsgrößen schneiden und gemeinsam mit der Sauce auf dem Cremepolenta anrichten. Zum Schluss mit reichlich bunten Sprossen (Microgreens) vom Ottingerhof garnieren.



Zu diesem Gericht passt auch ein Erdäpfelpüree mit Safran verfeinert, ganz wunderbar! Aber auch einfach frisches, knuspriges Weißbrot wird der kräftigen Sauce absolut gerecht.