



# Fabian Schröter

## 1. Vorfinale Bremerhaven

V  
o  
r  
s  
p  
e  
i  
s  
e



### „STULLE“

### ROTE GARNELE | SENF | PUMPERNICKEL

#### ZUTATEN

5 Stk. Garnelen	10 ml Olivenöl	2 El Dijon Senf
50 g Salz	150 ml Fischfond	10 g Essig
50 g Zucker	50ml Sahne	1 g Salz
Zitronenabrieb von einer Zitrone	Je 1 Prise Salz/Pfeffer/Muskat	1 Prise Gelbwurz
70 g Pumpernickel	35 g Aufgefängene Reste im Sieb, beim Espuma	50 g Eigelb/ 2 Stk. Eier
1 stk. Knoblauchzehe	300 g Wasser	Zitronenabrieb von einer viertel Zitrone
3 Stk. Thymianzweige	2 Blatt Gelatine	80 g Wildkräuter und Blüten

#### ZUBEREITUNG

Garnelen putzen ( Schale ab und vom Darm befreien, Schale aufheben für Fischfond ) Ein Holzspieß längst durch die Garnelen stecken damit sie gerade bleibt beim anbraten. Salz , Zucker und Zitronenabrieb vermengen und da drin die Garnelen für 20 min beizen. Anschließend die Beize abspülen und vor dem Anrichten in einer Pfanne glasig gebraten. Knoblauch, Thymian und Pumpernickel kurz im Olivenöl anschwitzen. Mit Fischfond und Sahne ablöschen. Gesamte Masse mit Salz/Pfeffer/Muskat abschmecken. Thymian und Knoblauch aus der Masse nehmen und anschließend ca. 2 min mixen und durch ein feines Sieb passieren. Aufgefängene Masse in Frischhaltefolie einfrieren. Masse auf eine Silikonmatte reiben. Bei 180°C 3-5 min backen. Zucker karamellisieren lassen und mit dem Balsamico ablöschen. Salz und Senf Saat hineingeben. Einmal aufkochen und alles zusammen kalt werden lassen Wasser aufkochen, dann alle anderen Zutaten hinzugeben. Gesamte Masse kurz aufmixen und in einen halben Gastronormbehälter einfrieren. Nach 30 min immer kurz aus dem Frostfach nehmen und durchrühren. Eigelb zusammen mit Zitronenabrieb vermengen und in einem Vakuumierbeutel einschweißen. Beutel für 25 min bei 65°C in ein Sous Vide Becken geben, aus dem Beutel nehmen und in ein Mixer geben. Masse durch ein feines Sieb streichen. Wildkräuter putzen und in ein Gefäß mit feuchtem Tuch bis zum Anrichten aufbewahren



# Fabian Schröter

## 1. Vorfinale Bremerhaven

H  
a  
u  
p  
t  
g  
a  
n  
g



### „FORELLE FUJI“

### LACHSFORELLE | MORCHEL | KARTOFFEL

#### ZUTATEN

1 Stk. (600 g Filets ) Lachsforelle  
100 g Zucker  
100 g Salz  
Abrieb von einer Zitrone  
Abschnitte und Schale von Garnelen und Forelle  
1 Stk. Zitronengras  
1 Stk. Chili  
1 Stk. Knoblauchzehe  
3 Stk. Thymianzweige  
10 ml Olivenöl  
300 ml Wasser  
Je 1 Prise Salz, Zucker, Muskat und Pfeffer

15 Stk. Morcheln  
10 ml Fischfond  
10 g Butter  
Je 1 Prise Salz, Pfeffer, Muskat  
50 g Kartoffelabschnitte  
5 g Butter  
100 ml Fischfond  
Salz, Muskat  
50 g Erbsen  
5 g Butter  
Je 1 Prise Salz, Pfeffer, Muskat  
80 g Erbsen

25 ml Fischfond  
15 g Butter  
Prise Xanthana  
Je 1 Prise Salz, Pfeffer, Muskat  
50 ml Fischfond 5 g Ingwer 1 Knoblauchzehen 1  
Stk. Schalotte 10 g Zucker 1 TL Paprikapulver ½  
Japankohl  
Lauge:  
80 ml Wasser  
10 g Salz  
100 g Kartoffeln  
Salz und Muskat

#### ZUBEREITUNG

Forellen filetieren und die Filets dann putzen und portionieren. Salz, Zucker und Abrieb vermengen und Filets für 20 min beizen. Anschließend die Haut abziehen, mit der Haut einrollen in Frischhaltefolie und anschließend in Aluminiumfolie. Vor dem Anrichten im Sous Vide Becken für 6 min bei 60°C garen und anschließend abflammen. Zitronengras, Chili, Knoblauch und Thymian im Olivenöl anschwitzen. Die Reste der Forellen und Garnelen kurz dazugeben und mit Wasser ablöschen. Bei mittlerer Hitze ziehen lassen bis es um die Hälfte ein reduziert ist und mit Salz, Zucker, Muskat und Pfeffer abschmecken. Anschließend durch ein Passiertuch geben. Pilze putzen. Vor dem Anrichten kurz in einer sehr heißen Pfanne anrösten und sofort Brühe und Butter zugeben und mit Salz Pfeffer und Muskat abschmecken. Kartoffeln im Fischfond mit Salz und Muskat kochen bis sie weich sind. Anschließend mixen und durch ein Sieb passieren. Kurz vorm Anrichten Erbsen mit Butter erwärmen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Erbsen kurz blanchieren. Erbsen zusammen mit dem Fond mixen und zum Schluss mit Butter und Xanthana hochziehen und durch ein feines Sieb streichen. Japankohl mit kaltem Wasser waschen und in der kalt angerührten Lauge über 2 h ziehen lassen. Kohl kalt abspülen und in mehrere Vakuumbbeutel aufteilen. Alle Zutaten in den Mixer für 30 Sek. auf Stufe 10 mixen im Anschluss passieren und in eine Spritzflasche füllen. Den Kohl ohne Öl anziehen ablöschen und abtropfen. Kartoffeln in 10 Ringe ausstechen mit dem Durchmesser ca 2 cm. Abschnitte aufheben für Kartoffelpüree. Kurz vor dem Anrichten Kartoffelringe in einer heißen Pfanne von jeder Seite goldbraun anbraten und mit Salz und Muskat würzen.



# Fabian Schröter

## 1.Vorfinale Bremerhaven

D  
e  
s  
s  
e  
r  
t



### ARBEIT KOCHEN LEIDENSCHAFT

### GRIEß | WEIßE SCHOKOLADE | ALGE

#### ZUTATEN

200 g Milch	25 g Milch	100 g Apfelpüree	30 ml Apfelsaft
25 g Grieß	25g Zucker	35 g Algenpulver	2 Granny Smith Äpfel
1 Ei	1 Eigelb	75 g Sahne	¼ Zitronenabrieb
15 g Zucker	200 g Sahne	1 g Guazoon	½ TL Algenpulver
1 Vanilleschote	3 Blatt Gelatine	1 EL Puderzucker	15 g Vegi Gelantie
Salz	100 g weiße Schokolade	10 ml zitronensaft	250 g Wasser
125 g weiße Schokolade	10 g Kakao Butter	50 g getrocknete Algen	10 g Algenpulver
20 g Algenpulver	200 g Apfelsaft	10 g getrocknete Algen	

#### ZUBEREITUNG

Milch zusammen mit Vanilleschote, Zucker und Salz aufkochen. Grieß beim Kochen einrühren, danach auf 65°C abkühlen lassen. Angeschlagenes Eigelb unterheben + geschlagenes Eiweiß unterheben ( beides einzeln ). Im Ofen bei 95°C Hitze für 25 min nachbacken Schokolade schmelzen bis 32°C. Gelatine einweichen im Eiswasser. Eigelb mit Zucker und Milch zur Rose abziehen. Sahne aufschlagen, Gelatine in warmer Ei - Milch - Masse auflösen, Algenpulver unterrühren, Schokolade dazugeben. Zum Schluss Sahne vorsichtig unterheben. Gesamte Masse auf Grießschnitte geben und in den Schockfroster geben Schokolade tabellieren zusammen mit Kakaobutter für den perfekten Glanz und Biss. Gefäß mit vielen Eiswürfeln vorbereiten und Schokolade aus dem Spritzbeutel über die Kanten des Eises laufen lassen, warten bis die Schokolade komplett durchgekühlt ist und danach sofort ins Frostfach bis zum Anrichten Alle Zutaten zusammen aufkochen und anschließend in der Eismaschine erkalten lassen Algen mit lauwarmen Apfelsaft übergießen und für ca. 20 min stehen lassen , wenn die Algen aufgegangen sind aus der Flüssigkeit nehmen und bis zum Anrichten kalt stellen Alle Zutaten zusammen mixen und anschließend durch ein Sieb passieren Wasser zusammen mit Algenpulver aufkochen. 60 ml in 6 Halbkugeln einfrieren. Restlicher Algensaft mit vegetarischer Gelatine aufkochen. Wenn die Halbkugeln durchgefroren sind durch die mit Gelatine versetzte Masse ziehen und auskühlen und auftauen lassen