

## Fischmenü am Aschermittwoch – 22. Februar 2023

Am Aschermittwoch haben wir uns wieder in der großen Küche der Kochschule getroffen und gemeinsam ein Fisch-Menü gekocht. Alle hatten großes Vergnügen am gemeinsamen Schnippeln und Vorbereiten.

Die Vorspeise nach einem Rezept, das wir von den Slow Food Deutschland-Seiten übernommen hatten (gedünstete Lachsforelle „an mit Quittencreme überbackenen Schwarzwurzeln“), fand besondere Beachtung.

Schwarzwurzeln, die noch in den 50er bis 70er Jahren auf den Wochenmärkten regelmäßig angeboten wurden, verschwanden eine Zeitlang geradezu und erleben heute eine wohlverdiente Renaissance. In vielen Regionen hatten die schwarzen Stangen den Beinamen „Spargel des kleinen Mannes“ und waren hier als „Bergmanns Spargel“ bekannt.

Alle Rezepte finden Sie auf unserer Webseite:

[https://www.slowfood.de/netzwerk/vor-ort/essen/das\\_convivium\\_kocht/rezepte](https://www.slowfood.de/netzwerk/vor-ort/essen/das_convivium_kocht/rezepte)



Das Menü:

*Parmesankrapfen*



*Schwarzwurzel mit Lachsforelle und Quittencreme überbacken*



*Steinbeißer Filet an schwarzem Reis  
mit Beurre Blanc & Französische Schokotarte (ohne Foto)*



*Text und Fotos:  
Slow Food Convivium Essen*