

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 29. September 2025** ▪
Leibgericht mit Viktoria Fuchs



Anja Rummel

**Doradenfilet à la bordelaise mit knusprigen
Kartoffelwürfeln und Meerrettich-Dip**

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

- 2 Doradenfilets à 200 g, ohne Haut
- 2 EL Neutrales Öl
- 1 EL Koriandersamen
- 2 EL Fenchelsamen
- 4 EL getrocknete Petersilie
- 5 TL getrockneter Basilikum
- 6 TL getrocknete Korianderblätter
- 1 TL grobes Meersalz
- 3 TL schwarze Pfefferkörner

Den Backofen auf 200 Grad Oberhitze vorheizen.

Gewürze im Mörser zerstampfen und die Gewürzmischung für den Fisch herstellen.

Doradenfilets trockentupfen, mit etwas Öl einreiben und die Filets mit der Gewürzmischung bestreuen.

Für die Bordelaisekruste:

- ½ Zwiebel
- 1 Zitrone, Abrieb
- 1 Ei
- 40 g Parmesan
- 50 g weiche Butter
- 40 g Semmelbrösel
- ½ Bund glatte Petersilie

Zwiebel abziehen und fein hacken. Zitronenschale abreiben. Petersilie hacken und Parmesan reiben. Aus allen Zutaten eine Paste für die Kruste herstellen.

Für die Fertigstellung:

Den Fisch mit der Paste bestreichen und für 10-12 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben.

Für die Kartoffeln:

- 3 vorwiegend festkochende Kartoffeln
- 2 EL Butterschmalz
- Neutrales Öl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz und Öl knusprig anbraten. Wenn eine Bräunung zu sehen ist, die Kartoffeln wenden. Nach einigen Minuten erneut wenden und mit Salz bestreuen. Bei geringer Hitze braten.

Für den Dip:

- 3 TL Tafel-Meerrettich aus dem Glas
- 3 EL saure Sahne
- 1 EL mittelscharfer Senf
- 3 Zweige glatte Petersilie
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Meerrettich, saure Sahne, Senf, Salz und Pfeffer verrühren. Petersilie hacken und unterrühren.

Für die Garnitur:

- 3 Radieschen
- 1 Zweig Petersilie

Radieschen in Stifte schneiden. Petersilie hacken. Beides als Garnitur verwenden.

Das Fischfilet auf einen vorgewärmten Teller legen, die kross gebratenen Kartoffeln auf den Dip legen und mit den Radieschen und der Petersilie garnieren.



Laut WWF ist die **Dorade**, auch Goldbrasse genannt, nur bedingt zu empfehlen. Wenn sie auf dem Teller landen soll, dann aus folgenden Fanggebieten (*Stand September 2025*):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Biskaya (ICES 8.a), Wildfang: Handleinen und Angelleinen
- 2. Wahl: Süd Spanien (Esteros Lubimar), Aquakultur: Netzkäfiganlagen