

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 14. Oktober 2025 ▪
ChampionsWeek ▪ "Auf die Hand" mit Mario Kotaska



David Kruselburger

Fish & Chips: Kabeljau im Bierteig mit Pommes frites, Wasabi-Mayonnaise und Sauce tartare

Zutaten für zwei Personen

Für den Bierteig:

2 Eier
250 ml helles Bier
200 ml Mineralwasser
1 EL Öl
500 ml Öl, zum Ausbacken
180 g glattes Mehl
½ Pck. Backpulver
Salz, aus der Mühle
1 Prise Pfeffer

Das Mehl und Backpulver vermengen, eine Prise Salz und Pfeffer hinzugeben und mit dem Bier, Mineralwasser und Öl zu einem glatten Teig verrühren.

Eier trennen, die Eigelbe zur Masse geben und verrühren. Das Eiweiß mit etwas Salz zu Eischnee aufschlagen und anschließend unter die Masse heben. Zum Ruhen kurz in den Kühlschrank stellen.

Für den Fisch:

600 g küchenfertiges Kabeljaufilet, ohne
Gräten, ohne Haut
1 Zitrone, Saft
Neutrales Öl, zum Ausbacken
Mehl, zum Mehlieren
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Fisch kurz waschen, trocken tupfen und in ca. 4 cm große Stücke schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Zitronensaft beträufeln. Danach leicht mehlieren und durch den Bierteig ziehen. Anschließend in Pflanzenöl in der Pfanne ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Pommes frites:

1 kg Kartoffeln, z.B. Sorte Bintje
2-3 EL Essig
Neutrales Öl, zum Frittieren
1 Prise Salz

Wasser in einer Schale mit Essig mischen. Kartoffeln putzen, waschen, in gleichmäßige, dünne Stifte schneiden und diese kurz in kaltem Essigwasser nochmals durchwaschen, damit sie die Stärke verlieren. Pommes trockentupfen und in der Fritteuse bei ca. 130 Grad vorfrittieren. Dann die Pommes aus der Fritteuse nehmen, abtupfen, kurz ruhen lassen und schließlich nochmals in die Fritteuse bei ca. 170 Grad geben. Diesmal goldbraun und knusprig frittieren. Zum Schluss mit Salz würzen.

Für die Wasabi-Mayonnaise:

1 Zitrone, Saft
2 Eier
2 Tuben Wasabi-Paste
2 EL Estragonsenf
500 ml Sonnenblumenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Eier, 1 EL Senf, einen Spritzer Zitronensaft, Salz und Pfeffer in ein hohes Gefäß geben und mit einem Stabmixer kurz durchmischen. Dann das Öl langsam eingießen bzw. untermischen, damit es eine homogene Masse wird. 3-4 EL Mayonnaise für die Sauce tartare beiseitestellen. Restliche Mayonnaise mit Wasabi-Paste, Senf, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Sauce tartare:

2-3 Sardellenfilets
 3-4 Cornichons
 1 EL Kapern
 1 kleine rote Zwiebel
 1 Zitrone, Abrieb & Saft
 3-4 EL Mayonnaise, von oben
 400 g Sauerrahm
 1-2 EL weißer Balsamicoessig
 1 EL Olivenöl
 2-3 Zweige Petersilie
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Mayonnaise und Sauerrahm in eine Schüssel geben. Zwiebel abziehen. Zwiebel, Sardellenfilets, Cornichons, Kapern und Petersilie fein hacken und hinzufügen. Balsamicoessig und Olivenöl zugeben und alles zu einer glatten Sauce verrühren. Mit Zitronensaft, Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

1 Zitrone, Frucht
 1-2 Zweige Petersilie

Zitrone in Spalten schneiden. Zitronenspalten und gehackte Petersilie als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist **Kabeljau** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand Oktober 2025):

- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Island (ICES 5.a), Langleinen
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Island (ICES 5.a), Grundschieppnetze
- 2. Wahl: Nordpazifik FAO 61, 67: Beringsee (USA), Wildfang