

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 10. Oktober 2025 ▪
Finalgericht von Robin Pietsch



Für den Kabeljau:

2 Kabeljauloins à 100 g, entgrätet und pariert
 2 große, äußere Wirsingblätter
 8 grüne, kernlose Weintrauben
 50 g Engelshaar
 1 Ei
 Öl, zum Frittieren
 Mehl, zum Panieren
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

In Wirsing gedämpfter und frittierter Kabeljau mit Zitronen-Dill-Sauce, Kartoffel-Kapern-Püree, karamellisiertem Wirsing und Wildkräuter-Dill-Salat

Zutaten für zwei Personen

Die Wirsingblätter in gesalzenem Wasser 1-2 Minuten blanchieren, in Eiswasser abschrecken und trocken tupfen. Zwischen zwei Küchentüchern mit einem Nudelholz gleichmäßig flach rollen.
 Weintrauben in hauchdünne Scheiben schneiden.
 Kabeljau salzen und pfeffern, mit den Traubenscheiben belegen und straff in jeweils ein Wirsingblatt einrollen. Die Enden leicht einschlagen.
 Die Wirsing-Päckchen in einen leicht geölten Bambus-Dämpfkorb legen und bei mittlerer Hitze ca. 4-5 Minuten dämpfen. Dann die Wirsing-Päckchen panieren. Dafür zuerst in Mehl wenden, dann durch das verquirlte Ei ziehen und zuletzt mit locker aufgezogenem Engelhaar ummanteln.
 Päckchen in heißem Öl rundherum goldbraun frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen.



Für die Zitronen-Dill-Sauce:

1 Schalotte
 ½ Zitrone, Saft & Abrieb
 20 g Butter
 100 ml Sahne
 100 ml Weißwein
 ½ Bund Dill
 1 Lorbeerblatt
 1 Pimentkorn
 1 Wacholderbeere
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und fein würfeln.

Schalotte in Butter glasig anschwitzen. Lorbeer, Piment, Wacholder und Zitronenabrieb zugeben. Mit Weißwein ablöschen und auf ein Drittel reduzieren. Die Sauce fein pürieren und durch ein Sieb passieren. Mit Sahne auffüllen und erneut erhitzen. Dill grob schneiden, blanchieren, mit der Sauce mixen. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren mit einem Stück kalter Butter aufmixen.

Für das Kartoffel-Kapern-Püree:

300 g mehligkochende Kartoffeln
 2 TL Kapern
 60 ml Milch
 40 g Butter
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, klein würfeln und in Salzwasser weich garen. Abgießen, ausdampfen lassen und durch die Presse drücken. Mit heißer Milch, Butter, Muskat und Salz vermengen und abschmecken. Kapern abtropfen lassen, fein hacken und unter das Püree heben. Bei Bedarf durch ein feines Sieb streichen.

Für den Wirsing:

250 g Wirsing
 30 g grüner Speck
 1 Msp. Butter
 1 TL Honig
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Wirsing putzen und fein schneiden. Speck fein würfeln. Speck in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett langsam auslassen, bis er leicht Farbe nimmt. Butter zugeben, schmelzen lassen und den fein geschnittenen Wirsing einrühren. Kurz anschwitzen, dabei regelmäßig rühren. Honig zugeben und leicht karamellisieren lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Der Wirsing soll leicht Farbe nehmen und ein saftig gebratenes Gemüse mit Biss sein.

Für den Wildkräuter-Dill-Salat:

20 g Wildkräuter
 ½ TL Apfelessig
 1 Spritzer Honig
 1 TL mildes Öl
 1 Zweig Dill
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Öl, Apfelessig und Honig vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Anrichten die Kräuter mit der Marinade vermengen und locker auftürmen. Dill zupfen und zugeben.

Für die Garnitur:

Meerrettich, zum Reiben

Das Kartoffel-Kapern-Püree mittig auf dem Teller platzieren und als Nocke leicht angedrückt anrichten. Den karamellisierten Wirsing mittig auf und leicht über das Püree geben – das Gemüse steht im Mittelpunkt. Den knusprig frittierten Kabeljau mittig auf den Wirsing setzen. Darauf locker den marinierten Wildkräuter-Dill-Salat in die Höhe bauen. Die Zitronen-Dill-Sauce nappiert um das Gericht geben. Zum Schluss mit frisch geriebenem Meerrettich vollenden.

Zusatzzutaten von Margarete:

keine

Margarete verwendete keine Zusatzzutaten.

Zusatzzutaten von Steffen:

Mittelscharfer Senf, Sojasauce,
 Erbsenkresse

Steffen verwendete Sojasauce, um den Kabeljau zu marinieren. Den Senf nutzte er zum Aromatisieren des Kartoffel-Kapern-Pürees und die Erbsenkresse für die Garnitur.



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

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