

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 09. Dezember 2025**  
**„Rezepte-Wichteln“ mit Viktoria Fuchs**



Thorsten Hamann kocht das Gericht von Mona Hemme-Stromeyer

**Konfiert Kabeljau mit Weißweinschaum,  
Süßkartoffelcreme, Pfefferbeißer-Würfeln und  
Petersilien-Öl**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für den Kabeljau:**

300 g Kabeljaufilet ohne Haut  
 2 Knoblauchzehen  
 1 Limette, Abrieb  
 1 Zweig Rosmarin  
 1 Zweig Thymian  
 1,5 L Olivenöl  
 Fleur de Sel, zum Würzen

Das Öl in einem Topf auf 60 Grad erhitzen. Knoblauchzehe abziehen. Kräuter und Knoblauch in das Öl geben. Die Temperatur halten, sie darf nicht höher sein, sonst stockt das Eiweiß des Fisches. Fisch vorsichtig hineingeben und je nach Größe 10-15 Minuten garziehen lassen. Anschließend auf Küchenpapier etwas entfetten und mit Fleur de Sel und Limettenabrieb würzen.

**Für die Weißweinschaum:**

1 Schalotte  
 100 ml Sahne  
 150 ml trockener Weißwein  
 100 ml franz. Wermut  
 50 ml weißer Portwein  
 50 ml Gemüsefond  
 Pflanzenöl, zum Braten  
 Lecithin, zum Andicken  
 Salz, aus der Mühle

Schalotte abziehen, würfeln und anschwitzen bis sie glasig ist. Weißwein, Portwein und Wermut hinzugeben und reduzieren lassen. Mit Gemüsefond auffüllen und auch diesen einkochen lassen. Mit Salz abschmecken. Sobald die Flüssigkeit genug einreduziert worden ist, vom Herd nehmen und die Sahne hinzugeben. Anschließend eine halbe Messerspitze Lecithin hinzugeben und in einem hohen Gefäß zu einem Schaum verarbeiten. Sofort anrichten.

**Für die Süßkartoffelcreme:**

1 große Süßkartoffel  
 100 g Mascarpone  
 1,5 L Gemüsefond  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Süßkartoffel schälen, in kleine Stücke schneiden und im Gemüsefond garen. Sobald die Stücke weich sind herausnehmen und ausdampfen lassen. Anschließend Süßkartoffel mit Mascarpone und etwas Fond in einen Standmixer geben und sehr fein pürieren. Nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen.

**Für das Petersilien-Öl:**

1 großes Bund glatte Petersilie  
 200 ml Traubenkernöl  
 Salz, aus der Mühle

Öl gemeinsam mit der Petersilie auf knapp 60 Grad erwärmen. Anschließend alles in einem Standmixer mit einer Prise Salz geben und gut durchmischen. Dann durch ein Sieb abgießen, in eine Spritzflasche geben und als Garnitur verwenden.

**Für die Pfefferbeißer-Würfel:**

1 Pfefferbeißer-Wurst  
Neutrales Pflanzenöl, zum Frittieren

Pfefferbeißer-Wurst in Würfel schneiden und kurz in einer Fritteuse oder Topf mit heißem Fett frittieren.

**Für die Garnitur:**

Dunkle, essbare Blüten

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit essbaren Blüten garnieren und servieren.



Laut WWF ist **Kabeljau** aus folgendem Fanggebiet zu empfehlen (*Stand Dezember 2025*):

- 1.Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Island (ICES 5.a), Langleinen