

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 17. November 2020 ▪
ChampionsWeek ▪ "Gerichte mit Crunch" mit Mario Kotaska



Simon Maus

Fish & Chips with Mushy Peas: Kabeljau im Bierteig mit Pommes frites, Erbsenpüree, Remoulade und Gurkensalat mit gerösteten Erdnüssen

Zutaten für zwei Personen

Für den Kabeljau:
300 g Kabeljaufilet, ohne Haut
1 Zitrone
300 ml kaltes, helles Bier
3 gehäufte TL Backpulver
225 g Mehl
Mehl, zum Bestäuben
Neutrales Öl, zum Frittieren
1 TL Meersalz
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Fisch gut abwaschen und mit Küchenpapier abtupfen. Auf Gräten überprüfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Salz und Pfeffer mischen und die Fischfilets auf beiden Seiten damit einreiben. Öl in einer Fritteuse erhitzen.

Mehl, Bier und Backpulver in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen glatt verrühren. Der Teig sollte die Konsistenz von halb steifer Sahne haben. Die gewürzten Fischfilets einzeln in Mehl wenden und in den Teig tauchen. Überschüssigen Teig abtropfen lassen. Anschließend vorsichtig in das heiße Öl gleiten lassen und den Fisch ca. 4 Minuten ausbacken, bis dieser goldbraun ist. Aus der Fritteuse nehmen und abtropfen lassen. Zitrone waschen, trockentupfen und Fisch mit einem Zitronenspalt anrichten.



Um den Kabeljau bedenkenlos genießen zu können, sollte der Fisch laut Verbraucherzentrale Hamburg aus folgenden Fanggebieten stammen:
Atlantischer Kabeljau: FAO 27 Nordatlantik (MSC, Naturland) oder FAO 27 Nordatlantik – Barentssee/Norwegische See (Nicht-MSC)
Pazifischer Kabeljau: FAO 60 Nordwestpazifik (MSC) oder FAO 67 Nordostpazifik (MSC)
(Stand: Januar 2020)



Wenn Sie ein Eigelb unter Ihren Bierteig rühren, dann wird der Teig beim Ausbacken noch knuspriger.

Für die Pommes frites:
4 mehlig kochende Kartoffeln
2 EL klarer Tafelessig
2 TL geräuchertes Paprikapulver
2 TL süßes Paprikapulver
1 TL Knoblauchpulver
2 L Frittierfett
½ TL Cayennepfeffer
Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, in dünne Stifte schneiden und in einer Schüssel mit Wasser zwischenlagern. Kartoffelstifte in 2 Liter Essig-Wasser für 10 Minuten kochen. Sie sollten zwar schön weich sein, aber nicht auseinanderfallen.

Währenddessen ein Gewürzsalz aus 2 Esslöffel Salz, geräuchertem Paprikapulver, süßem Paprikapulver, Cayennepfeffer und Knoblauchpulver herstellen.

Kartoffelstifte abseihen und auf einem Küchentuch für 5 Minuten trocknen lassen. In der Zwischenzeit das Frittierfett für das erste Frittieren auf 200 Grad erhitzen. Eine Handvoll Pommes in das heiße Öl geben, sodass sie genügend Platz zum Bräunen haben und die Öltemperatur nicht unter 180 Grad sinkt. Nach 50 Sekunden die Pommes mit einer Schaumkelle herausholen und auf Küchenpapier für 5 Minuten abkühlen lassen. Für das zweite Frittieren das Fett auf etwa 210 Grad erhitzen, sodass die

Temperatur mit der Zugabe der Pommes nicht unter 190 Grad sinkt. Pommes für 3 ½ Minuten frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Anschließend mit dem Gewürzsalz würzen.

Für das Erbsenpüree:

400 g TK-Erbesen
1 Zitrone
50 g Butter
1 Bund Minze
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Minze abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und diese klein hacken. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Butter, Erbsen und Minze anschließend in einem Topf zugedeckt etwa 10 Minuten dünsten lassen. Mit einem Schuss Zitronensaft abschmecken und mit Salz und Pfeffer würzen. Erbsen fein pürieren oder mit einem Stampfer zerdrücken.

Für die Remoulade:

2 Sardellenfilets
150 g Gewürzgurken
1 EL Kapern
1 Schalotte
1 Zitrone
3 Eier
1,5 TL Dijon-Senf
1 EL Weißweinessig
250 ml Sonnenblumenöl
1 EL Kräuternessig
1 Zweig Kerbel
1 Zweig Estragon
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Eier trennen und Eigelbe auffangen. Zitrone halbieren, auspressen und Saft einer Hälfte auffangen. Die Eigelbe mit Essig, Zitronensaft, einer Prise Salz und ½ Teelöffel Senf und eine Schüssel geben und verquirlen. Öl zuerst tropfenweise, dann in dünnem Strahl unter ständigem Rühren unter die Eigelbmasse laufen lassen. So lange rühren, bis eine homogene, cremige Mayonnaise entstanden ist. Mit Salz und Pfeffer pikant abschmecken.

Kerbel und Estragon abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Schalotte abziehen und ebenfalls klein hacken. Gewürzgurken, Kapern und Sardellenfilets fein würfeln. Schalotten, Sardellen, Kapern, Gewürzgurken sowie 1 Teelöffel Dijon-Senf, Kräuternessig, 1 Teelöffel gehackten Kerbel und 1 Teelöffel gehackten Estragon unter die Mayonnaise heben und die Remoulade anschließend ziehen lassen.

Für den Gurkensalat:

200 g Gurke
½ rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 kleine, leichtscharfe Chilischote
1 Zitrone
5 EL geröstete, gesalzene Erdnüsse
1 EL Reissessig
1 EL Fischsauce
1 TL Zucker
½ Bund Koriander

Zitrone halbieren, auspressen und Saft von ¼ Zitrone auffangen. Chilischote der Länge nach halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien und fein hacken. Gurke schälen, von Enden befreien, halbieren und mit einem Teelöffel entkernen. In ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen, halbieren und in sehr dünne Scheiben schneiden. Gurken und Zwiebel in eine Schüssel geben.

Reissessig mit Zucker vermischen, bis er sich aufgelöst hat. Danach Fischsauce, Zitronensaft und gehackte Chili dazugeben. Dressing über die Gurken geben, vermengen und 20 Minuten ziehen lassen. Knoblauch abziehen, in sehr feine Scheiben schneiden und in einer Pfanne ohne Fett goldbraun anrösten. Erdnüsse grob hacken. Koriander abbrausen, trockenwedeln und die Blätter abzupfen. Knoblauch, Koriander und Erdnüsse mit dem durchgezogenen Gurkensalat anrichten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.