

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 29. Mai 2025 ▪**
Tagesmotto „Grillen“ mit Björn Freitag



Tim Neff

**Seeteufel im Speckmantel mit gegrilltem Spargel,
Tomaten und Kapern-Anchovis-Vinaigrette**

Zutaten für zwei Personen

Für Seeteufel im Speckmantel:

350 g Seeteufelfilet, ohne Haut
 12 Scheiben Pancetta
 ½ TL gerebelter Oregano
 ½ TL gerebelter Basilikum
 ½ TL gerebelter Rosmarin
 ½ TL gerebelter Thymian
 ½ TL gerebelter Majoran
 Öl, zum Einfetten
 ½ TL Salz
 ½ TL schwarzer Pfeffer

Den Grill auf ca. 180-200 Grad vorheizen.

Je sechs Pancettascheiben überlappend auf der Arbeitsfläche auslegen. Seeteufelfilet mit Salz, Pfeffer und den Kräutern würzen und anschließend auf dem Speck platzieren. Einrollen und wie eine Roulade mit Küchengarn binden und fixieren. Grillrost mit etwas Öl bestreichen, Filetrolle bei geschlossenem Deckel für 6-8 Minuten grillen. Nach der Hälfte der Garzeit einmal wenden.

Für den gegrillten Spargel:

8 Stangen grünen Spargel
 Olivenöl, zum Grillen

Spargel waschen, die holzigen Enden entfernen und im heißen Wasser bissfest garen. Die Spitzen sollten dabei aus dem Topf ragen und nicht mitgekocht werden. Grillrost mit Olivenöl bestreichen und den Spargel anschließend auf dem Grill von allen Seiten bräunen.

Für gegrillte Cherrytomaten:

2 Cherrytomatenrispen à 6 Tomaten
 1 EL dunklen Balsamicoessig
 1 EL flüssiger Honig
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Tomaten waschen und in einer Mischung aus Honig, Balsamico, Salz und Pfeffer einlegen. Anschließend auf dem Grill garen. Wenn die Tomaten einreißen, wenden.

Für die Kapern-Anchovis-Vinaigrette:

1 ½ TL Kapern
 2 kleine Anchovifilets
 1 TL grober Senf
 1 TL flüssiger Honig
 1 EL Weißweinessig
 3 EL Olivenöl
 1 Zweig Thymian
 1 Zweig Oregano

1 TL Kapern feinhacken. Die restlichen Kapern ganz lassen. Alle Zutaten, bis auf die ganzgebliebenen Kapern, vermengen und leicht pürieren. Anschließend die übrigen Kapern unterrühren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist der **Seeteufel** nur bedingt zu empfehlen. Wenn er auf dem Teller landet, sollte er aus folgenden Fanggebieten bezogen werden (*Stand Mai 2025*):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Kantabrische See und Portugiesische Küste (ICES 8.c, 9.a), Island (ICES 5.a), Bisaka (ICES 8.a-d), Stellnetze-Kiemennetze, Grundlangleinen
- 2. Wahl: Südostatlantik FAO 47: Südafrika, Grundschieppnetze