

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 23. Januar 2026** ▪
Zusatzgericht von Alexander Kumptner



Alex' Zander-Fischstäbchen mit Erbsenpüree und Remouladensauce

Zutaten für zwei Personen

Für die Fischstäbchen:

200 g dickes Zanderfilet, ohne Haut
 1 Zitrone, Abrieb
 1 Ei
 Neutrales Öl, zum Frittieren
 200 g Paniermehl
 200 g Semmelbrösel
 100 g Mehl
 Salz, aus der Mühle

Den Fisch in gleich große Stifte schneiden, salzen, von einer Seite pfeffern und etwas Zitronenabrieb darüber geben. Anschließend in einer klassischen Mehl-Eier-Brösel-Panade panieren und in heißem Öl goldgelb und innen glasig herausbacken. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen, nochmals leicht salzen und mit etwas Zitronenabrieb versehen.

Für die Sauce:

2 Cornichons, mit Sud
 2 EL Kapern
 1 Zitrone, Abrieb
 2 Eier
 2 TL Senf
 1-2 EL weißer Balsamicoessig
 125 ml Rapsöl
 2 Zweige glatte Petersilie
 1 Prise Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ein Ei 8 Minuten lang hart kochen und auskühlen lassen. Anschließend pellen.
 Das zweite Ei trennen, Eigelb auffangen, Eiweiß anderweitig verarbeiten. Eigelb mit 1 TL Senf, Balsamicoessig, Öl, Zucker, einer Prise Salz und einer Prise Pfeffer in einen kleinen Messbecher geben und mit dem Stabmixer von unten zu einer Mayonnaise aufziehen.
 Cornichons klein schneiden und mit etwas Sud in eine Schüssel geben. Petersilie klein schneiden und dazu geben. Kapern dazu geben, etwas Zitronenabrieb darüber reiben, 2 EL der Mayonnaise dazu geben. Gekochtes Ei grob hacken und ebenfalls dazu geben. Alles verrühren, restlichen Senf und eventuell noch etwas von der Mayonnaise dazu geben und nach Belieben salzen.

Für das Erbsenpüree:

300 g TK-Erbesen
 2 EL Butter
 1 Zweig Minze
 Salz, aus der Mühle

Butter in einem Topf aufschäumen und Minzeblätter dazugeben. Salzen. TK-Erbesen dazugeben und durchschwenken. Mit einem Pürierstab pürieren und gerne etwas Struktur lassen. Nochmals salzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren



Laut WWF ist der **Zander** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand: Januar 2026):

- 1. Wahl: Dänemark, Deutschland, Niederlande, Schweiz/ Aquakultur: geschlossene Kreislaufanlage
- 1. Wahl: Peipsi-See (Estland und Russland)/ Wildfang: Stellnetze-Kiemennetze, Umschließungsnetze (Ringwaden), Reusen (Fallen)
- 1. Wahl: Binnengewässer: Schweiz/ Wildfang: Handleinen-Angelleinen