

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 05. Mai 2020 ▪
Zusatzgericht von Nelson Müller



Hamburger Pannfisch mit Bratkartoffeln und Senfsauce

Zutaten für zwei Personen

Für die Kartoffeln:

300 g festkochende Kartoffeln
40 g geräucherter Bauchspeck
1 Zwiebel
1 TL Kümmelsamen
2 EL Butterschmalz, zum Braten
Salz, aus der Mühle

Die Kartoffeln waschen und mit Schale und den Kümmelsamen in Salzwasser 20 Minuten weich garen.

Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden. Speck würfeln. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Kartoffeln hineingeben. Langsam kross anbraten. Speck hinzugeben und anbraten. Zwiebel abziehen, kleinschneiden, dazugeben und mitbraten.



**PROFI
TIPP**

Auf den Kartoffel-Feldern werden leider immer noch zu viele Chemikalien eingesetzt, deshalb empfiehlt Nelson Müller Bio-Kartoffeln. Im Bio-Anbau sind nämlich jegliche Arten von Chemikalien verboten.

Für den Pannfisch:

120 g Zanderfilet, mit Haut
120 g Steinbeißerfilet, mit Haut
2 Garnelen
2 EL Rapsöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fischfilets waschen, trockentupfen, Gräten entfernen, portionieren und in einer Pfanne mit Rapsöl bei mittlerer Hitze anbraten. Garnelen putzen und ggf. entdarmen. Garnelen hinzugeben und mitbraten. Alles mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Sauce:

1 Schalotte
3 EL grober Senf
3 EL Butter
50 ml Sahne
50 ml Weißwein
100 ml Fischfond
1 TL Speisestärke
Neutrales Öl, zum Anbraten

Schalotte abziehen, in Würfel schneiden und in Öl anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen, reduzieren und mit Fischfond auffüllen. Leicht reduzieren. Sahne hinzugeben, alles mit Senf abschmecken und mit kalter Butter aufmontieren. Ggfs. mit Speisestärke binden, wenn die Sauce cremiger sein soll.

Für die Garnitur:

2 Gewürzgurken
½ Bund Dill

Gewürzgurke gefächert aufschneiden. Dill abrausen, trockenwedeln und zupfen.

Zanderfilet, Steinbeißer und Garnelen auf Tellern anrichten. Sauce drum herum garnieren und Bratkartoffeln danebenlegen. Gewürzgurkenfächer an den Fisch legen und mit Dill garniert servieren.