

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 24. Mai 2024 ▪
Zusatzgericht von Robin Pietsch



Hecht im Senfsud mit gegrillter Peperoni

Zutaten für zwei Personen

Für den Hecht:

2 Hechtfilets mit Haut à 100 g
½ Knoblauchknolle
½ Zitrone, Abrieb
1 EL Butter
1 Zweig Rosmarin
2 Zweige Thymian
Neutrales Pflanzenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Fischfilets bei mäßiger Temperatur in einer Pfanne auf der Hautseite mit etwas Öl braten, bzw. ziehen lassen. Kurz vor dem Ende der Garzeit Rosmarin und die halbierte Knoblauchknolle mit der Schnittseite nach unten mit in die Pfanne geben. Butter dazugeben. Schmelzen lassen und Fisch immer wieder mit der geschmolzenen, aromatisierten Butter übergießen bis er den perfekten Garpunkt erreicht hat. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Zitronenabrieb bestreuen.

Für den Senfsud:

100 g TK-Erbesen
50 g Pancetta
1 Schalotte
100 ml Sahne
1 EL Butter
150 ml Geflügelfond
2 EL körniger Senf
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und fein würfeln. Pancetta in kleine Stücke schneiden. Beides in einer Pfanne mit Butter anbraten. Dann Sahne hinzugeben, Senf einrühren. Mit Fond aufgießen und kurz aufkochen lassen. Hitze reduzieren, Erbsen in die Sauce geben und gar ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die gegrillte Peperoni:

6 Morcheln
1 große rote Peperoni
30 g Pancetta
½ Schalotte
1 EL Butter
1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in der Pfanne schmelzen lassen. Schalotte abziehen und fein würfeln. Pancetta in kleine Stücke schneiden. Beides in der Butter glasig andünsten. Rosmarin und Thymian dazugeben. Peperoni waschen, Morcheln putzen. Beides im Ganzen mit in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnitur:

30 g Wildkräuter

Gericht mit Wildkräutern garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist der **Hecht** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand Mai 2024):

- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Kanada, USA (Pelagische Schleppnetze)