

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 16. Januar 2023 ▪  
15 Jahre Küchenschlacht ▪ „Heimatküche“ mit Cornelia Poletto



Christoph Rüffer

**Hamburger Pannfisch mit grober Senfsauce,  
Bratkartoffeln "wie bei Müttern" und Gurkensalat**

Zutaten für zwei Personen

**Für den Pannfisch:**

- 1 Seeteufelloin à 250 g
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zitrone, davon Saft und Abrieb
- 100 g Butter
- 4 EL Butterschmalz
- 6 Zweige Blattpetersilie
- 6 Zweige Thymian
- 1 Lorbeerblatt
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Petersilienblätter von den Stielen zupfen und aufbewahren. Die Petersilienstiele zusammen mit den Thymianstielen, der angedrückten Knoblauchzehe und dem Lorbeerblatt in 100 g Butter in einem Topf erwärmen und für 15 Minuten ziehen lassen. Danach die Butter durch ein Sieb passieren. Das Seeteufelloin in vier gleichgroße Medaillons schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Seeteufelmedaillons von beiden Seiten anbraten. Etwas von der aromatisierten Butter zugeben und die Seeteufelmedaillons damit immer wieder übergießen bis sie außen eine schöne braune Farbe haben und das Fischfleisch innen gegart, aber auch saftig ist. Mit etwas Zitronensaft würzen, danach die Medaillons aufschneiden und mit etwas abgeriebener Zitronenschale bestreuen.



Laut WWF ist der **Seeteufel** nur bedingt zu empfehlen. Wenn er auf dem Teller landet, dann sollte er aus folgenden Fanggebieten stammen (Stand Dezember 2022):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Island (Va), Kantabrische See (VIIIc) und Portugiesische Küste (IXa) (Grundlangelinen, Stellnetze-Kiemennetze)
- 2. Wahl: Nordwestatlantik FAO 21: USA (Stellnetze-Kiemennetze)
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Island (Va), Südostatlantik FAO 47 (Grundscherbrettnetze)

**Für die Senfsauce:**

- 1 Schalotte
- ½ Stange Staudensellerie
- 4 weiße Champignons
- 30 g Butter
- 150 ml Sahne
- 1 EL Crème fraîche
- 2 EL Weißweinessig
- 150 ml Fischfond
- ½ EL feiner Senf
- ½ EL grobkörniger Senf
- Champagner, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und zusammen mit dem Staudensellerie und den Champignons in Scheiben schneiden. Alles in einem Topf in Butter anschwitzen und mit dem Weißweinessig ablöschen. Fischfond und Sahne zugeben und etwas reduzieren lassen. Danach die Sauce durch ein Sieb passieren und die Crème fraîche sowie beide Senfsorten einrühren. Senfsauce herzhaft mit Salz und Pfeffer würzen und mit Champagner abschmecken.

**Für die Bratkartoffeln:** Zwiebel abziehen und in feine Streifen schneiden. Kartoffeln mit Schale in Salzwasser kochen, anschließend pellen und in Scheiben schneiden.  
 300 g kleine Kartoffeln  
 50 g feine Speckstreifen  
 40 g Zwiebel  
 4 EL Butterschmalz  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln darin knusprig braten. Die Speck- und Zwiebelstreifen zugeben und mitbraten. Etwas von der aromatisierten Butter (s.o.) zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die aufbewahrten Petersilienblätter (s.o.) fein hacken und zu den Bratkartoffeln geben.



**PROFI  
TIPP**

Um die perfekten Bratkartoffeln zuzubereiten, sollten Sie am besten Pellkartoffeln verwenden, die über Nacht im Kühlschrank gelagert wurden.

**Für den Gurkensalat:** Gurken in dünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben.  
 300 g kleine Gurken  
 15 g frischer Meerrettich  
 3 Zweige Dill  
 20 ml heller Balsamicoessig  
 50 ml Rapsöl  
 Zucker, zum Abschmecken  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Dillspitzen von den Zweigen zupfen und einige schöne Spitzen aufbewahren. Den restlichen Dill fein schneiden und zusammen mit dem hellen Balsamicoessig, Rapsöl, Salz, Pfeffer und etwas Zucker zu den Gurken geben, etwas marinieren lassen. Den frischen Meerrettich schälen und mit einer Reibe etwas über den Gurkensalat reiben.

**Für die Garnitur:** Kerbel und Kräuter für die Garnitur verwenden.  
 4 Zweige Kerbel und weitere  
 Kräuterblätter

Die Bratkartoffeln zusammen mit den aufgeschnittenen Seeteufelmedaillons auf zwei Tellern anrichten und mit Dillspitzen, Kerbelblättern und weiteren Kräuterblättern garnieren. Mit der Senfsauce leicht nappieren und die restliche Senfsauce separat servieren. Den Gurkensalat in kleinen Schalen anrichten. Servieren.