



**Juliane Schmitz**

## **Kabeljau aus dem Bacon-Sud mit Schalotten-Rote-Bete-Creme und Pommes soufflées**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Kabeljau:**

300 g Kabeljau-Loin  
100 g Baconwürfel  
2 Schalotten  
25 ml trockenen Weißwein  
150 ml Gemüsefond  
75 ml Sahne  
25 g kalte Butter

Die Fritteuse auf 160 Grad vorheizen.

Gräten vom Kabeljau entfernen und Fisch in zwei gleich große Stücke schneiden. Schalotten abziehen und fein würfeln. Baconwürfel in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze langsam goldbraun und knusprig braten. Schalotten dazu geben und mit braten. Mit Weißwein ablöschen. Sahne und Gemüsefond angießen und bei niedriger Hitze etwa 15 Minuten köcheln lassen. Baconsud durch ein feines Sieb gießen und auffangen. Sud erneut aufkochen, Hitze reduzieren mit Butter montieren und Kabeljau hineinlegen. Topf vom Herd nehmen und Kabeljau ca. 15 Minuten ziehen lassen. Fisch aus dem Sud nehmen und mit einem Flambierbrenner kurz abflämmen.



Laut WWF ist der **Kabeljau** nur bedingt zu empfehlen. Er sollte aus folgenden Fanggebieten stammen (Stand Oktober 2022):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Barentssee (I), Norwegische See (II) -Küstennahe Fischerei (Stellnetze, Langleinen)
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Belte und Sunde (IIIb & IIIc), Westlich von Bornholm (IIId.24), Zentrale Nordsee (IVb) (Stellnetze)

### **Für die Schalotten-Rote-Bete-Creme:**

2 große Schalotten  
20 g vorgekochte Rote Bete  
50 g Butter  
20 g Crème double  
2 EL Wermut  
1 EL trockener Weißwein  
1 Zweig Estragon  
1 TL Estragonessig  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotten abziehen und grob schneiden. Butter in einem Topf erhitzen und Schalotten darin bei mittlerer Hitze leicht braun anschwitzen. Hitze reduzieren, mit Wermut und Weißwein ablöschen. Estragon abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und klein hacken. Crème double, Estragon, Essig und die Rote Bete hinzufügen. Creme pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und in einen Spritzbeutel umfüllen.

**Für die Pommes soufflées:**

1 große festkochende Kartoffel  
1 Ei  
1 TL Maisstärke  
Neutrales Pflanzenöl, zum Frittieren  
Salz, aus der Mühle

Kartoffel waschen und auf einem Trüffelhobel in feinste Scheiben schneiden. Wenn gewünscht mit einem runden Ausstecher zu gleichmäßigen Kreisen ausstechen. Scheiben auf Küchentuch auslegen. Ei trennen und Eiweiß verquirlen. Hälfte der Kartoffelscheiben damit bestreichen. Eine zweite Scheibe darauflegen und andrücken. Die Scheiben in Stärke wenden und überflüssige Stärke abklopfen. In der Fritteuse goldbraun ausbacken und auf einem Küchentrepp abtropfen lassen. Mit Salz würzen.

**Für die Garnitur:**

Fleur de Sel  
Erbsenkresse

Gericht mit Erbsenkresse garnieren und mit Fleur de Sel würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.