

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



Thomas Martin

Muttis Kartoffelsalat mit gebackenem Kabeljau und Sauce tartare

Zutaten für zwei Personen

Für den Kartoffelsalat:

500 g festkochende Kartoffeln
 1 Zwiebel
 100 ml weißer Balsamicoessig
 1 TL Kümmel
 50 ml Sonnenblumenöl
 1 EL Salz + Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln waschen und mit 1 EL Salz und Kümmel kochen. Abschütten, warm pellen und gänzlich abkühlen lassen. Die kalten Kartoffeln in hauchdünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben.

Zwiebel abziehen, in ganz feine Würfel schneiden und zu den Kartoffeln geben. Den weißen Balsamicoessig und das Sonnenblumenöl zufügen. Kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. 200 ml lauwarmes Wasser zufügen und alles sanft vermengen.

Für den Kabeljau:

400 g Kabeljauloins (Mittelstücke), ohne Haut und Gräten
 2 Eier
 400 g Butterschmalz
 2 EL Mie de Pain
 2 EL Panko
 2 EL Mehl
 ½ TL Salz

Kabeljau in Medaillons von ca. 50 g portionieren. Fisch salzen, mehlieren, durch angeschlagenes Ei ziehen und mit Mie de Pain und Panko locker panieren. In Butterschmalz goldgelb ausbacken. Auf Küchentrepp abtropfen.



Laut WWF ist der **Kabeljau** 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: Barentssee (I), Norwegische See (II) -Küstennahe Fischerei (Stellnetze, Langleinen)
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Belte und Sunde (IIIb & IIIc), Westlich von Bornholm (III d.24), Zentrale Nordsee (IVb) (Stellnetze)

Für die Sauce tartare:

1 EL geschnittene Gewürzgurke
 1 EL geschnittene Radieschen
 1 EL geschnittene Schalotten
 ½ Zitrone, davon Abrieb und Saft
 1 Ei
 1 EL Schmand
 1 EL Dijonsenf
 1 EL weißer Balsamicoessig
 1 EL geschnittener Schnittlauch
 1 EL geschnittene Petersilie

Aus Ei, Senf, Balsamicoessig, Sonnenblumenöl und Schmand eine Mayonnaise herstellen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb und –saft abschmecken.

Gewürzgurke, Radieschen, Schnittlauch, Petersilie und Schalotte zufügen.

150 ml Sonnenblumenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Gericht mit Dill, Schnittlauch und Petersilie garnieren.
1-2 Zweige Dill
1-2 Zweige Schnittlauch
1-2 Zweige Petersilie

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.