



**Christian Luckas**

**Dänemark: Stjernes kud Smørrebrød mit zweierlei Schollenfilet, Krabben, Spargel und cremigem Dressing**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für den Fisch:**

4 Schollenfilets, ohne Haut  
1 Ei  
100 ml Weißwein  
Mehl, zum Panieren  
Neutrales Öl, zum Frittieren  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

100 ml Wasser mit 100 ml Weißwein und etwas Salz in eine Pfanne geben und zwei der Fischfilets bei mittlerer Hitze für 3–4 Minuten darin dämpfen. Fischfilets anschließend abtropfen lassen.

Ei trennen und das Eigelb verquirlen.

Die anderen zwei Fischfilets nun erst in dem verquirlten Eigelb und dann in mit Pfeffer und Salz gewürztem Paniermehl wenden. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Fischfilets darin goldbraun ausbacken. Anschließend die gebackenen Fischfilets auf Küchenpapier abtropfen lassen.

**Für die Mayonnaise im Dressing:**

½ Zitrone, Abrieb & Saft  
2 Eier  
1 TL Dijonsenf  
150 ml Sonnenblumenöl  
1 TL Zucker  
1 Prise Salz  
1 Prise schwarzer Pfeffer

Ein Ei trennen und das Eigelb auffangen. Ein Vollei, ein Eigelb und alle weitere Zutaten in ein hohes Gefäß, dessen Durchmesser nur etwas größer ist als der des Mixers, füllen. Den Mixer auf den Boden des Gefäßes stellen. Den Mixer einschalten und dann kontinuierlich und langsam nach oben ziehen.

**Für das Dressing:**

2 EL Mayonnaise, von oben  
100 ml Crème fraîche  
2 EL einfach konzentriertes Tomatenmark  
Edelsüßes Paprikapulver, zum Würzen  
Cayennepfeffer, zum Würzen

Crème fraîche mit Tomatenmark und 2 EL der selbstgemachten Mayonnaise in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen verquirlen. Mit Paprikapulver und Cayennepfeffer würzen.

**Für den Spargel:**

4 Stangen weißer Spargel

Spargel schälen und die holzigen Enden abschneiden. Oberen Teil für ca. 10 Minuten weichkochen.

**Für das Brot:**

2 dicke Scheiben Roggenbrot  
2 EL Butter

Butter in einer Pfanne auslassen und die Brotscheiben darin etwas anrösten.

**Für die Garnitur:**

150 g gepulte Krabben  
2 TL Lachsrogen  
4 Romana-Salatblätter  
1 Zitrone, Scheiben  
¼ Bund Dill

Brotscheiben auf einen Teller legen. Darauf die einzelnen Komponenten in der folgenden Reihenfolge legen: Salat, paniertes Fischfilet, gedämpftes Fischfilet, Dressing, Spargel, Krabben, Lachsrogen. Zitrone aufschneiden und das Brot vor dem Servieren mit Dill und einer Zitronenscheibe garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Schollen** werden vom WWF nur bedingt aus folgenden Fanggebieten empfohlen (Stand April 2025):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Nordsee und Skagerrak (ICES 4, 20), Grundschieppnetze, Wadennetze
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Kattegat, Öresund und westliche Ostsee (ICES 21-23), Norwegische See (ICES 2), Grundschieppnetze
- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27, Stellnetze-Kiemennetze

**Nordseekrabben** werden vom WWF nur bedingt aus folgenden Fanggebieten empfohlen (Stand April 2025):

- 2. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Nordsee (ICES 4), Grundschieppnetze