

Kabeljau mit Ei, Stampf, kartoffeln, Sauce béarnaise

Für zwei Personen

Für den Fisch:

2 große Kabeljaufilets à 300 g	1 Zitrone	50 ml Wermut
10 g Butter	Salz	Pfeffer

Für das Ei:

2 Eier (L)	50 ml Weißweinessig	Salz
------------	---------------------	------

Für die Stampfkartoffeln:

300 g lila Kartoffeln	3 Frühlingszwiebeln	2 Liter Gemüsegond
50 g Crème-double	50 g Süßrahmbutter	20 g Butter
1 TL Arganöl	1 Muskatnuss	Salz, Pfeffer

Für die Sauce béarnaise:

1 Bund Estragon	2 Schalotten	1 Zitrone
4 Eier, Eigelb	125 ml Weißwein	60 ml Estragonessig
180 ml Süßrahmbutter	1 Schuss Worcestershire-Sauce	1 Prise Zucker
1 Prise Cayennepfeffer	Salz	weißer Pfeffer

Für den Fisch: Den Kabeljau waschen, trockentupfen und ggf. putzen. Butter in Pfanne erhitzen und den Fisch auf der Hautseite ausbraten. Filets umdrehen und vorsichtig etwas Wermut und Zitronensaft in die Pfanne geben. Dabei keine Flüssigkeit an die Fischhaut kommen lassen. Deckel auf Pfanne geben und Fisch ca. 5 Minuten lang dämpfen. Fisch auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Ei: Zwei Liter gesalzenes Wasser zum kochen bringen. Weißweinessig dazu geben. Hitze reduzieren. Eier einzeln in zwei Tassen aufschlagen. Mit einem Schneebesen einen Strudel im Wasser erzeugen und das Ei vorsichtig ins simmernde Essig-Wasser gleiten lassen. Wenn das Eiweiß genug gestockt ist, pochiertes Ei mit einer Schaumkelle aus dem Wasser schöpfen und abschrecken.

Für die Stampfkartoffeln: Kartoffeln schälen, waschen und in grobe Stücke schneiden. Im Gemüsegond weich kochen. Anschließend abgießen, Fond auffangen. Butter in Topf schmelzen und unter Rühren zur braunen Butter werden lassen.

Kartoffeln vorsichtig zerstampfen. Mit etwas Fond, Crème Double, Süßrahmbutter, Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit einem Schuss Arganöl verfeinern.

Frühlingszwiebeln waschen, putzen und den grünen Teil fein hacken und unter Kartoffelstampf heben. Abschließend braune Butter unterrühren.

Für die Sauce béarnaise: Süßrahmbutter in kleinem Topf schmelzen. Schalotten abziehen und sehr fein würfeln. Mit Estragonessig und Weißwein aufkochen. Flüssigkeit komplett reduzieren, mit 45 ml Wasser aufgießen und die entstandene Säurebasis durch ein feines Küchensieb passieren.

In einer Metall-Schüssel Eigelbe mit der Säurebasiskalt aufschlagen und anschließend über dem Wasserbad unter stetiger Zugabe der geschmolzenen Butter zu einer dickflüssigen Sauce emulgieren. Mit etwas Zitronensaft, einer Prise Zucker, Cayennepfeffer und Worcestershire Sauce abschmecken.

Estragon abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und unter die Sauce heben. Sauce direkt servieren. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren

Yassin M'Harzi am 18. Dezember 2018