



Wild, Natürlich & Nachhaltig®

Alaska Kabeljaufilet auf Champagnerkraut und Kartoffelpüree

Zutaten für 4 Personen:

Für den Kabeljau:

800 g Alaska Kabeljau
4 EL Butterschmalz
3 Zweige Thymian

Für das Champagnerkraut:

1,5 kg frisches Sauerkraut
60 g Butter
2 Schalotten
2 EL kanadischer Ahornsirup
500 ml Weißwein
250 ml Champagner
1 Apfel

Für das Kartoffelpüree:

1 kg mehlig kochende Kartoffeln
250 ml Milch
4 EL Butter
Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Für die Beurre Blanc:

1 Schalotte
180 g Butter
125 ml Weißwein
100 ml Fischfond
1 EL Weißweinessig
2 EL weißer Wermut
Salz



Zubereitung:

1. Für das Champagnerkraut die Schalotten in feine Würfel schneiden und Butter in einem Topf auflösen. Schalotten darin anschwitzen, bis sie glasig sind. Apfel reiben und dazugeben. Sauerkraut hinzufügen, mit Weißwein angießen und mindestens 30 Minuten köcheln lassen. Am Ende mit Champagner angießen.
2. Für die Beurre Blanc die Schalotte in einem Topf in 10 g Butter glasig anschwitzen. Mit Wein, Fond, Essig und Wermut angießen und bei hoher Temperatur auf circa 80 ml einreduzieren. Mit Salz abschmecken und die restliche Butter einrühren.
3. Die Kartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser kochen, bis die Kartoffeln weich sind. Kartoffeln abgießen und ausdämpfen lassen. Milch und Butter in einem zweiten Topf



Wild, Natürlich & Nachhaltig®

erwärmen. Salz, Pfeffer und Muskat hineingeben. Die Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse hineinpressen und mit einem Schneebesen einrühren.

4. Für den Fisch den Kabeljau in 4 gleichgroße Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne erhitzen und Thymianzweige hinzufügen. Den Kabeljau circa 4 Minuten von beiden Seiten anbraten.
5. Zum Anrichten das Kartoffelpüree in die Mitte des Tellers geben und das Champagnerkraut daneben verteilen. Beurre Blanc rundherum geben und zuletzt das Kabeljaufilet auf dem Püree drapieren.

Zubereitungszeit: 1 Stunde

Nährwerte pro Portion:

Energie: 1310 kcal / 5500 kJ

Eiweiß: 55 g

Fett: 74 g

Kohlenhydrate: 51 g