

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 27. Mai 2024 ▪  
**Leibgericht mit Cornelia Poletto**



Oliver Hagen

**Labskaus mit Spiegelei, marinierter Rote Bete und Schwarzbrot-Croûtons**

Zutaten für zwei Personen

**Für das Labskaus:**

300 g Corned Beef  
 200 g mehligkochende Kartoffeln  
 220 g vorgekochte Rote Bete  
 1 Zwiebel  
 1 Knoblauchzehe  
 100 g Butter  
 100 ml Sahne  
 100 ml Gewürzgurkenwasser  
 Pflanzenöl, zum Braten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in einem Topf mit Salzwasser kochen. Rote Bete vierteln und nach 15 Minuten Kochzeit zu den Kartoffeln geben.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin anbraten. Corned Beef würfeln und mit in die Pfanne geben.

Nach etwa 25 Minuten Garzeit Kartoffeln und Rote Bete abgießen, kurz ausdämpfen lassen und mit dem Pürierstab grob pürieren. Zwiebeln, Knoblauch und Corned Beef zu den gestampften Kartoffeln geben. Mit Butter, Sahne, Gewürzgurkenfond, Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die marinierte Rote Bete:**

100 g vorgekochte Rote Bete  
 1 Knoblauchzehe  
 1 Zitrone, Saft  
 1 TL gemahlener Kreuzkümmel  
 2 EL Rapsöl  
 Salz, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und fein würfeln. Rote Bete in dünne Scheiben hobeln und vorsichtig mit Knoblauch vermengen. Mit etwas Zitronensaft beträufeln und mit Kreuzkümmel würzen. Das Ganze in einen Topf geben und bei kleiner Hitze 4-5 Minuten erhitzen. Anschließend mit Salz würzen und mit Rapsöl marinieren.

**Für die Schwarzbrot-Croûtons:**

2 Scheiben Schwarzbrot  
 Butter, zum Braten  
 Salz, aus der Mühle

Brot in gleichmäßige Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen. Brot darin knusprig anbraten. Auf Küchentrepp abtropfen lassen und mit Salz würzen.

**Für das Spiegelei:**

2 Eier  
 2 EL Butter  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einer Pfanne erhitzen und die Eier zu Spiegeleiern darin braten. Das Eigelb sollte noch flüssig sein. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**Für die Garnitur:** Gewürzgurken in dünne Scheiben schneiden und leicht pfeffern.  
2 Matjes Fische auf marinierter Rote Bete platzieren.  
2 Rollmöpse  
2 große Gewürzgurken  
4 Zweige glatte Petersilie  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF sind **Heringe** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen.  
(Stand Mai 2024):

- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27, Nordsee (ICES 4), Östlicher Ärmelkanal (ICES 7.d), Irische See (ICES 7.a Nord), Golf von Riga (ICES 28.1), Island (ICES 5.a) (Pelagische Schleppnetze, Umschliessungsnetze (Ringwaden))