

# Senf-Eier mit Kartoffel-Stampf, Kabeljau-Filet, Salat

**Für zwei Personen**

**Für den Stampf:**

400 g festk. Kartoffeln	100 ml Milch	15g Butter
1 Muskatnuss	Salz	Pfeffer

**Für die Eier:**

4 Eier	2 TL mittelscharfer Senf	2 Schalotten
40 g Butter	100 ml Sahne	40 g Mehl
150 ml trockener Weißwein	350 ml Gemüfefond	Zucker
Salz	Pfeffer	

**Für die Filets:**

2 Kabeljaufilets, mit Haut	Rapsöl	Salz
Pfeffer		

**Für den Salat:**

1 Rote-Bete, vorgekocht	1 Apfel	2 TL Obstessig
Zucker, Salz	Pfeffer, Olivenöl	

Die Eier weich kochen, abschrecken und beiseite stellen.

Für den Stampf Kartoffeln schälen, abspülen und grob würfeln. In Salzwasser 20 Minuten kochen. Das Wasser abgießen und die Kartoffeln abdampfen lassen. Milch und Butter in einem großen Topf erwärmen. Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse in die heiße Milch drücken und alles gut verrühren. Püree mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für den Fisch die Filets auf der Hautseite vier Minuten lang in einer Pfanne mit Öl anbraten. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Senfsauce die Schalotten abziehen und fein würfeln. Die Butter im Topf schmelzen und die Schalotten darin glasig anschwitzen. Dann nach und nach das Mehl in den Topf geben und in der Butter anschwitzen. Mit Weißwein und Gemüfefond ablöschen, dabei kräftig mit einem Schneebesen rühren, damit sich keine Klumpen bilden. Die Sauce 10 Minuten köcheln lassen. Zwei Teelöffel Senf einrühren, anschließend abschmecken. Danach mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Einen Schuss Sahne dazugeben, kurz aufkochen lassen, die Eier in den Topf geben und darin erhitzen.

Für den Salat die Rote Bete klein würfeln. Den ungeschälten Apfel waschen, halbieren, entkernen und ebenfalls klein würfeln. Mit Rote Bete vermengen, anschließend mit Salz, Pfeffer, Essig und Öl würzen.

Senf-Eier mit Kartoffelstampf, Kabeljaufilet und Rote-Bete-Salat auf Tellern anrichten und servieren.

Sven Martinek am 07. November 2016