

Zander auf Blatt-Spinat mit Wild-Reis

Für 2 Personen

2 Zanderfilets, a 150 g	200 g Blattspinat, frisch	180 g Wildreis Mischung
1 frischer Meerrettich	3 Schalotten	3 Knoblauchzehen
4 EL Butter	325 ml Gemüsefond	125 ml Weißwein, trocken
125 ml Sahne	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Reis in 200 Millilitern Gemüsefond bissfest garen. Die Schalotten und die Knoblauchzehen abziehen, fein hacken und in einem Esslöffel Butter anschwitzen. Den Blattspinat waschen, trocken schleudern und dazu geben. Das Ganze salzen, pfeffern, mit dem übrigen Gemüsefond ablöschen und weitere zwei Minuten dünsten lassen. Die Zanderfilets waschen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. Den Meerrettich schälen und fein raspeln. Zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen und darin die Filets auf der Hautseite schonend anbraten. Anschließend den Fisch in Alufolie einschlagen und warmstellen. Den Bratensatz mit dem Weißwein ablöschen, den Meerrettich und die Sahne einrühren. Abschließend das Ganze mit dem Stabmixer aufschäumen. Den Reis abseihen und die restliche Butter unterrühren. Die Zanderfilets mit dem Blattspinat und dem Reis auf Tellern anrichten und mit der Meerrettichsoße garnieren.

Josef Zwickelstorfer am 22. Juni 2010