

Minz-Melonen-Risotto mit Zander-Filet

Für zwei Personen

2 Zanderfilets à 200 g	120 g Risotto	1 Zwiebel
1 Honigmelone	7 Minzblätter	2 EL kalte Butter
100 ml Weißwein	100 ml Apfelsaft	400 ml Gemüsefond
30 ml Sahne	Olivenöl, Pflanzenöl	Salz, schwarzer Pfeffer

Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Die Melone halbieren und klein schneiden. Die Minze waschen und in Streifen schneiden. Etwas Olivenöl in einem Topf erhitzen und die gehackte Zwiebel kurz andünsten. Anschließend den Reis dazugeben und alles zusammen bei geringer Hitze glasig andünsten. Dann den Reis mit Weißwein ablöschen und mit dem Salz und dem Pfeffer würzen. Wenn der Reis den Weißwein aufgenommen hat, den Apfelsaft hinzugeben und gut umrühren. Anschließend nach und nach den Gemüsefond unterrühren. Unter stetigem Rühren den Reis fertig garen. Dabei die Melone und die Minze unter den Reis geben und die Sahne sowie die kalte Butter ebenfalls unterrühren. Das Ganze noch ziehen lassen, bis der Reis gar ist. Olivenöl in der Pfanne erhitzen. Das Zanderfilet waschen, trocken tupfen und von möglichen Gräten entfernen. Anschließend das Filet portionieren und zunächst auf der Hautseite in der Pfanne anbraten. Dann das Filet wenden und fertig braten. Den Risotto mit Hilfe eines Servierringes in der Mitte eines flachen Tellers anrichten. Das gebratene Zanderfilet darauf geben. Für die Garnitur ein paar Minzblätter in die Pfanne geben und in heißem Öl frittieren. Alles zusammen servieren.

Walter Tirlir am 11. Juni 2012