

Zander-Filet mit Blatt-Spinat und Karotten-Püree

Für zwei Personen

2 Zanderfilets, mit Haut	100 g Blattspinat	300 g Karotten
3 Schalotten	2 Knoblauchzehen	50 g Pinienkerne
1 Muskatnuss	100 ml trockener Weißwein	50 ml weißer Portwein
800 ml Gemüsefond	200 ml Sahne	1 Muskatnuss
Meersalz	1 EL Garam Masala	2 EL brauner Zucker
Butter, Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 60 Grad Umluft vorheizen. Die Karotten schälen und in kleine Scheiben schneiden. Eine Knoblauchzehe und eine Schalotte abziehen und fein würfeln. Die Zwiebel, den Knoblauch und die Karotten mit dem braunen Zucker in einem Topf anschwitzen. Die Gewürzmischung Garam Masala dazugeben. 500 Milliliter Gemüsefond und 100 Milliliter Sahne dazugeben und die Karotten gar kochen. Eine weitere Schalotte abziehen und klein schneiden. Die Schalotte andünsten, mit dem Weißwein, dem weißen Portwein und 300 Milliliter Gemüsefond reduzieren. Anschließend 100 Milliliter Sahne aufgießen und abschmecken. Die Sauce abkühlen lassen. Danach einige Flocken Butter unter die Sauce rühren und schaumig schlagen. Eine Knoblauchzehe und eine Schalotte abziehen. Den Spinat waschen. Eine kleine Flocke Butter in eine Pfanne geben, die Zwiebel und den Knoblauch andünsten, den Spinat dazugeben. Mit frisch geriebener Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Karotten abschütten und in einem neuen Topf pürieren. Mit dem Sud der Möhren verfeinern. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Zander waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne von beiden Seiten jeweils zwei Minuten anbraten. Anschließend in den Backofen geben und fertig garen. Den Zander auf einem Teller anrichten. Den Spinat und zwei Nocken Karottenpüree anrichten. Mit dem Weißweinschaum garnieren und servieren.

Christopher Nitschke am 04. April 2013