

Gebratenes Zander-Filet mit Parmesan-Kartoffel-Püree

Für zwei Personen

300 g Zanderfilet mit Haut	400 g Kartoffeln, mehlig	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	50 g Butter	40 g Butterschmalz
100 g Parmesan	50 g Mehl	150 ml Schlagsahne
100 ml Milch	1 Bund Schnittlauch	2 Thymianzweige
2 Rosmarinzweige	1 Muskatnuss	glatte Petersilie
Salz, Pfeffer		

Die Kartoffeln schälen, in kleine Stücke schneiden und in Salzwasser gar kochen. Die Milch zusammen mit 100 Millilitern Schlagsahne aufkochen. Mit Muskatnuss, Pfeffer und Salz abschmecken. Anschließend die Kartoffeln zwei Mal durch die Presse in eine Schüssel drücken. Die Butter in Würfel schneiden und untermischen. Die Milch dazu gießen und verrühren bis eine homogene Masse entsteht. Den Parmesan fein reiben und die Petersilie waschen, fein schneiden und einrühren. 50 Milliliter Schlagsahne halbstief schlagen und kurz vor dem Servieren unterheben. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Das Zanderfilet waschen, trocken tupfen und mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen. Den Knoblauch abziehen und klein hacken. Den Fisch in Mehl wenden, das überschüssige Mehl abklopfen und die Fischstücke in Butterschmalz zusammen mit den Kräutern und dem Knoblauch auf der Hautseite etwa fünf Minuten braten. Die Fischstücke wenden und auf der anderen Seite eine weitere Minute braten. Das Kartoffelpüree und den Fisch auf Tellern anrichten und mit Parmesan und Schnittlauch garnieren.

Philipp Haas am 23. Januar 2014