

Gebratener Zander, Kartoffel-Salat und Feld-Salat

Für zwei Personen

Für das Zanderfilet:

400 g Zanderfilet	1 Zitrone	2 EL Butterschmalz
-------------------	-----------	--------------------

Salz, Pfeffer

Für den Kartoffelsalat:

400 g kleine, festk. Kartoffeln	1/2 Bund Frühlingszwiebel	3 EL Weißweinessig
150 ml Rinderfond	1 EL Senf, mittelscharf	1 Prise Zucker
4 EL Rapsöl	Salz, Pfeffer	

Für den Feldsalat:

100 g Feldsalat	6 EL Kürbiskernöl	3 EL Weißweinessig
1 Prise Zucker	Salz, Pfeffer	

Für die Garnitur:

4 Kapuzinerblüten	100 g Speckwürfel	Kürbiskerne
-------------------	-------------------	-------------

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Für den Kartoffelsalat den Rinderfond in einem Topf erhitzen. Die Kartoffeln mit Schale etwa 20 Minuten kochen, bis sie gar sind. Für die Feldsalat-Vinaigrette das Kürbiskernöl, den Essig, Zucker, Salz, Pfeffer verrühren. Die Frühlingszwiebeln klein schneiden und die Hälfte davon mit der Vinaigrette verrühren. Die Zanderfilets waschen, trocken tupfen mit dem Abrieb und dem Zitronensaft beträufeln, anschließend salzen, pfeffern. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und anschließend auf der Hautseite circa drei Minuten sanft anbraten. Anschließend den Zander in den vorgeheizten Backofen geben und garen lassen, bis er noch glasig ist. Für den Kartoffelsalat die Kartoffeln abgießen, pellen, in Scheiben schneiden. Für das Dressing den Senf, den Essig, die Prise Zucker, Salz und Pfeffer verrühren und mit den Kartoffelscheiben verrühren, anschließend so viel heißen Rinderfond zugeben, dass der Salat sämig wird. Die Speckwürfel in einer Pfanne anbraten und beiseite stellen. Die Kürbiskerne in einer Pfanne anrösten und ebenfalls beiseite stellen. Den Fisch aus dem Ofen nehmen, mit der Hautseite nach oben auf den Teller geben und etwas Zitronenabrieb darauf geben. Auf einem Teller den Kartoffelsalat mit dem Servierring in der Mitte anrichten, das Zanderfilet mit Hautseite nach oben darauf anrichten, jeweils drei Feldsalatnester drum herum positionieren und mit der Kürbiskernvinaigrette beträufeln, mit den Speckwürfeln und den gerösteten Kürbiskernen und den Kapuzinerblüten garnieren und servieren.

Susanne Huber am 11. August 2014