

Zander mit Zucchini-Karotten-Nudeln und Speck

Für zwei Personen

Für den Zander:

2 Zanderfilets	2 Scheiben Bauernspeck	1 Zitrone
2 EL Olivenöl	1 EL Butter	Salz, weißer Pfeffer

Für die Nudeln:

2 Zucchini	2 Karotten	$\frac{1}{2}$ EL Pul Biber, geölt
150 ml Gemüsefond	50 g Sahne	

Für die Sauce:

1 Stange Lauch	1 Zitrone	1 Bund Dill
1 EL Fenchelsamen	150 ml Gemüsefond	50 ml Ouzo
200 g Sahne	50 g Butter	Salz, weißer Pfeffer

Die Haut des Zanders mit einer Rasierklinge einritzen, die Zitrone auspressen. Die Zanderfilets mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Zitronensaft beträufeln. Mit Frischhaltefolie abdecken und kalt stellen. Den Lauch längs halbieren und in feine Ringe schneiden, den Dill fein hacken. In einer Pfanne die Fenchelsamen ohne Fett anrösten. Danach die Butter dazugeben, zerlassen und den Lauch darin zwei bis drei Minuten anschwitzen. Die Schale einer Zitrone abreiben und den Saft presse. Dann den Lauch mit Zitronenabrieb, Zitronensaft und einem Schuss Ouzo ablöschen. Das Ganze zwei Minuten reduzieren lassen, danach 150 Milliliter Brühe und 200 Gramm Sahne zugeben. Ohne Deckel circa zehn Minuten bei niedriger Temperatur köcheln und reduzieren lassen, bis die Sauce sämig wird. Mit Pfeffer, Salz und Dill abschmecken. Die Zucchini und Karotten schälen und anschließend mit dem Julienne- oder Sparschäler in feine Spaghetti schneiden. Diese im Gemüsefond aufkochen und reduzieren, mit einem Schuss Sahne ablöschen und etwas andicken lassen. Eine Messerspitze Pul Biber zugeben und die Nudeln ziehen lassen. Das Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Zanderfilets auf der Hautseite hineinlegen und bei mittlerer Hitze circa fünf Minuten kross braten. Das Öl abschütten, die Filets wenden, ein Stück Butter sowie die Speckscheiben begeben und etwa drei Minuten bei niedriger Temperatur weiterbraten. Vor dem Anrichten die Zucchini-Karotten-Nudeln kurz schwenken, danach abseihen und auf Tellern als Bett anrichten. Jeweils ein Zanderfilet darauf setzen und mit der Lauch-Dill-Sauce übergießen. Mit Dill garnieren und die Speckscheiben begeben.

Michel Reckhard am 17. November 2014