

Zander-Filet mit Sahne-Wirsing-Gemüse, Nüssen und Birne

Für zwei Personen

Für das Zanderfilet:

2 Zanderfilets à 120 g

1 TL Fruchtzucker

2 Birnen

Butter

150 ml trockener Weißwein

Salz, schwarzer Pfeffer

Für das Sahne-Wirsinggemüse:

1 kleiner Wirsing

100 g Butter

Salz, schwarzer Pfeffer

1 kleine Schalotte

20 g Walnüsse

200 ml Sahne

20 g Pinienkerne

Für das Sahne-Wirsinggemüse den Wirsing waschen und klein schneiden. Die Schalotte würfeln. In einem großen Topf die Butter zum Schmelzen bringen, die Schalotte dazugeben und glasig werden lassen. Den Wirsing hinzufügen und gemeinsam mit den Schalotten einige Minuten andünsten. Mit der Sahne aufgießen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Walnüsse grob hacken. Die Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne leicht anrösten. Gemeinsam mit den Walnüssen zum Wirsing geben.

Die Birnen schälen und in grobe Würfel schneiden. Wasser zum Kochen bringen und die Birnenstücke mit einem Schuss Weißwein und dem Zucker hinzugeben und garen lassen. Dann die Birnen abschütten und beiseite stellen. In einer Pfanne etwas Butter zerlassen, die Birnenstücke kurz anschwanken, mit Weißwein ablöschen und mit Pfeffer würzen.

Für das Zanderfilet in einer Pfanne Butter schmelzen. Den Zander auf der Hautseite kross anbraten.

Das Sahne-Wirsinggemüse auf Tellern anrichten, den Zander darauf legen, die Birnenstücke daneben garnieren und servieren.

Claudia Thimm-Czaja am 13. August 2015