

Zander-Filet auf Meerrettich-Wirsing mit Frühkartoffeln

Für zwei Personen

Für den Zander:

1 Zanderfilet à 250 g	2 EL doppelgriffiges Mehl	100 g Butter
1 Zweig Petersilie	2 Zweige Estragon	1 Zweig Dill
1 EL mildes Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Meerrettich-Wirsing:

$\frac{1}{2}$ Kopf Wirsing	$\frac{1}{4}$ Limette	$\frac{1}{4}$ Zitrone
200 ml Schlagsahne	1 EL Sahne-Meerrettich	1 Muskatnuss
Chilisalز	Salz	Pfeffer

Für die Kartoffeln:

200 g festk. Frühkartoffeln	1 cm Ingwer	$\frac{1}{4}$ Limette
$\frac{1}{4}$ Zitrone	1 EL Butterschmalz	Salz, Pfeffer

In zwei Töpfen gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Für den Zander Fischfilet unter kaltem Wasser abwaschen und trocken tupfen. Hautseite mit doppelgriffigem Mehl mehlieren. Olivenöl mit einem Pinsel in der Pfanne verteilen und erhitzen. Zander auf der Hautseite in die Pfanne legen und langsam anbraten. Nach etwa vier Minuten die Pfanne vom Herd ziehen und Zander in der Resthitze garen lassen. Salzen und Pfeffer.

Für die Kräuterbutter Petersilie, Dill, Estragon und Knoblauch abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und mit der Butter, Salz und Pfeffer vermengen. Butter bis zum Servieren kühl stellen.

Für die Kartoffeln Frühkartoffeln abbürsten und in Salzwasser garen. Nach Ende der Garzeit abschütten und Kartoffeln halbieren. Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen. Ingwer waschen, in Scheiben schneiden. Mit einem Zestenreißer Zitronen- und Limettenschale abreiben und den Abrieb mit den Ingwerscheiben dazugeben. Kartoffeln auf der Schnittseite dazugeben und knusprig anbraten.

Für den Wirsing Kohl in einzelne Blätter zerteilen, mit kaltem Wasser abwaschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Dann die Blattrippen entfernen und Wirsingblätter drei Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren. Abschöpfen und das restliche Wasser mit den Händen behutsam ausdrücken. Wirsing in eine Pfanne geben, Sahne zuschütten und beides aufkochen lassen. Meerrettich dazugeben. Limetten- und Zitronenschale mit einem Zestenreißer abreiben und ebenfalls hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer und Chilisalز würzen, mit Muskatnuss abschmecken. Zander mit Kräuterbutter, Meerrettich-Wirsing und Frühkartoffeln anrichten und servieren

Johannes Reichhardt am 18. April 2016