

Zander-Filet, Rahm-Sauerkraut, Kartoffel-Würfel, -Stroh

Für zwei Personen

Für das Zanderfilet:

2 Zanderfilets à 200 g	1 Knoblauchzehe	1 Zitrone
40 g Butter	2 EL Sonnenblumenöl	1 Zweig Rosmarin
Salz	bunter Pfeffer	

Für das Rahm-Sauerkraut:

250 g Weinsauerkraut	50 g Dörrfleisch	1 Zwiebel
30 g Butter	150 ml Sahne	1 Lorbeerblatt
1 TL gemahlener Kümmel	Muskatnuss	Salz, bunter Pfeffer

Für die Kartoffelwürfel:

5 festk. Kartoffeln	40 g Butter	1 TL edelsüßes Paprikapulver
Salz	bunter Pfeffer	

Für das Kartoffelstroh:

1 festk. Kartoffel	Pflanzenöl	Salt Flakes
--------------------	------------	-------------

Für das Zanderfilet:

Die Zanderfilets parieren und die Hautseite leicht einritzen. Fisch beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und den Fisch auf der Hautseite ca. 3 Minuten braten. Knoblauchzehe abziehen und leicht andrücken. Rosmarin abbrausen trockenwedeln und zusammen mit den Knoblauch zum Fisch in die Pfanne geben.

Zitrone auspressen und den Fisch mit dem Zitronensaft ablöschen. Butter hinzugeben. Fisch wenden, ca. 1 Minute auf der Fleischseite braten und dabei mit der zerlassenen Butter nappieren.

Wenn Sie das Fischfilet während des Bratens mit einer Pfanne oder einem Topf beschweren, wölbt es sich nicht und behält seine Form.

Wichtig ist, dass Sie die Fischhaut vorher einritzen und dass der Topf, den Sie zum Beschweren nehmen, kalt ist, damit der Fisch nicht auch von der Oberseite gegart wird.

Für das Rahm-Sauerkraut:

Sauerkraut waschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Dörrfleisch ebenfalls fein würfeln. Butter in einem Topf zerlassen und Dörrfleisch und Zwiebel hinzugeben. Beides ca. 2 Minuten anschwitzen. Sauerkraut und Lorbeerblatt dazugeben. Mit Salz, Pfeffer, Kümmel und Muskatnuss würzen. 20 Minuten köcheln lassen. Anschließend Sahne hinzugeben und weitere Minuten kochen lassen. Nach Bedarf abschmecken.

Für die Kartoffelwürfel:

Kartoffeln schälen und in kleine, gleichmäßige Würfel schneiden. In ausreichend gesalzenem Wasser garen. Anschließend in ein Sieb geben und abkühlen lassen.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Kartoffeln hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen und knusprig goldgelb anbraten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das Kartoffelstroh:

Kartoffel schälen, fein hobeln und im heißem Fett frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Max Busch am 19. Oktober 2020