

Zanderfilet, Safran-Schaum, Pommes carrées, Gurken-Salat

Für zwei Personen

Für das Zanderfilet:

500 g Zanderfilet mit Haut	1 Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ Zitrone
1 EL Butter	1 Zweig Rosmarin	1 frisches Lorbeerblatt
50 g Mehl	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für den Safran-Schaum:

0,1 g Safranpulver	1/3 Vanilleschote	2 Schalotten
1 EL Butter	100 g Sahne	150 ml Gemüsefond
4 EL weißer Balsamicoessig	1 EL schwarze Pfefferkörner	Salz

Für die Pommes carrées:

5 große Kartoffeln	1 EL Speisestärke	2 EL Olivenöl
Salz		

Für den Gurkensalat:

1 Salatgurke	1 Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ Zitrone
200 g saure Sahne	1 TL weißer Balsamicoessig	1 TL Sonnenblumenöl
4 Zweige Dill	4 Zw. glatte Petersilie	1 TL Zucker
Salz	Pfeffer	

Für das Zanderfilet:

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Zander auf Gräten kontrollieren, waschen, trockentupfen und in zwei schöne Filetstücke schneiden. Auf beiden Seiten salzen und die Fleisch Seite mit Zitronensaft beträufeln, die Hautseite dreimal einschneiden und mehlieren.

Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und den Fisch auf der Hautseite bei mittlerer Hitze langsam knusprig braten.

Knoblauch andrücken, Rosmarin und Lorbeer abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch, Rosmarin, Lorbeer, die halbe Zitrone mit der Schnittfläche nach unten und Butter in die Pfanne geben. Den Fisch mit der flüssigen, aromatisierten Butter immer wieder übergießen. Wenn der Fisch fast gar ist, wenden und den Herd ausschalten. Für die verbleibende Zeit in der Resthitze garziehen lassen. Vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Safran-Vanille-Schaum:

Vanillemark aus der Schote kratzen. Schalotten abziehen, würfeln und in Butter anschwitzen. Mit Essig ablöschen. Pfefferkörner zerdrücken, zu den Schalotten geben und alles auf ca. einen Esslöffel einkochen lassen. Fond hinzugeben und wieder um die Hälfte einkochen lassen.

Dann durch ein feines Sieb passieren, in einen sauberen Topf gießen und mit dem Safran und dem Mark der Vanilleschote aufkochen. Mit Sahne aufgießen, kurz aufkochen lassen und mit Salz abschmecken. Vor dem Servieren mit dem Standmixer aufschäumen.

Sollte ein Schaum mal nicht schaumig und luftig genug sein, können Sie etwas Schlagsahne aufschlagen und unter den Schaum heben.

Für die Pommes carrées:

Kartoffeln schälen und in gleichmäßige Würfel schneiden. In einer Schüssel mit Speisestärke, Öl und Salz marinieren, dann auf einem mit Backpapier belegtem Backblech verteilen und im vorgeheizten Ofen knusprig backen. **Für den Gurkensalat:**

Gurke schälen, halbieren und entkernen. Mit einem Gemüsehobel in dünne Scheiben hobeln, mit Salz würzen und warten, bis sich Flüssigkeit gebildet hat. Diese abgießen.

Zitrone auspressen. Knoblauch abziehen, pressen und mit Saurer Sahne, Zucker, Sonnenblumen-

öl, Essig, Salz und etwas Zitronensaft mischen.

Ca. 15 Minuten ziehen lassen, dann das Dressing durch ein Sieb streichen und den Sud auffangen. Einige Dillspitzen für die Garnitur beiseitelegen. Dill und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Kräuter zum Sud geben, vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Gurkenscheiben mit dem Dressing mischen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Johanna Putensen am 08. März 2021