

# Gezupfter Zander mit Ofen-Kartoffeln

## Für 2 Personen

2 große Kartoffeln	1 Zander (ca. 800 g)	Salz, Pfeffer
2 EL Olivenöl	1/2 Bund Dill	1/2 Bund glatte Petersilie
1 Msp Piment	1-2 Eier	100 g geriebene Weißbrotbrösel
2 EL Butterschmalz	100 g Naturjoghurt	100 g saure Sahne

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Kartoffeln gut abwaschen und auf ein Backblech setzen, leicht salzen und im Ofen ca. 50 Minuten backen. Den ausgenommenen Zander schuppen, unter fließendem Wasser außen und innen abwaschen und trocken tupfen. Den Fisch mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl von beiden Seiten anbraten, auf ein Backblech geben und ca. 20 Minuten im heißen Ofen garen. Dill und Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Den Zander abkühlen lassen, die Haut abziehen und den Fisch zerlegen und zwar beiderseits an den Seitenlinie, die inmitten der Flanken des Fisches verlaufen. Mit den Fingern das Fleisch vom Kopf zum Schwanz hin abzupfen (entlang den parallel liegenden Gabelgräten). Solange zupfen, bis alle Gräten aus dem Fisch sind. Fischfleisch in eine Schüssel geben, Piment, das verquirlte Ei, die Kräuter und Weißbrotbrösel zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und alles gut vermengen. Aus der Masse ovale Teile formen und diese in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz bei geringer Hitze von beiden Seiten sanft braten. Joghurt und saure Sahne miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kartoffeln längs aufschneiden und etwas aufbrechen, die Joghurt-Crème darauf geben und mit dem gezupften Fisch servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 07. Februar 2008