

Zander und gefüllter Paprika mit Frischkäse

Für 2 Personen

70 ml Olivenöl	2 EL Weißweinessig	50 ml Fischfond
Salz, Pfeffer	300 g Zanderfilet	2 kleine rote Paprika
40 g Karotte	40 g Sellerie	1/4 Bund glatte Petersilie
1/4 Bund Basilikum	100 g Frischkäse	

50 ml Olivenöl mit Weißweinessig und Fischfond mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Zanderfilet in 4 Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Zanderstücke von beiden Seiten braten. In eine kleine Schüssel legen und mit der abgeschmeckten Vinaigrette übergießen. Gut gekühlt mindestens 30 Minuten ziehen lassen. Den Ofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 4) vorheizen. Paprika halbieren und die Kerne und den Fruchtansatz ausbrechen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen, Paprikahälften darauf legen mit Olivenöl beträufeln, mit Salz und Pfeffer bestreuen. Im Ofen ca. 15 Minuten garen. Aus dem Ofen nehmen, kurz erkalten lassen und die Haut abziehen. Karotte und Sellerie putzen bzw. schälen, in feine Würfel schneiden und diese in Salzwasser blanchieren. Herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Frischkäse mit den Gemüsewürfeln und den Kräutern vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Paprikahälften mit der Frischkäsemasse füllen. Fischstücke mit dem Paprika servieren.

Otto Koch Freitag, 22. August