

Zander mit Frühling-Zwiebeln und Pilzen

Für 4 Personen

6 mittelgroße Kartoffeln, fest	Salz	2 Bund junge Lauchzwiebeln
2 junge Karotten mit Grün	1 kleine Zwiebel	200 g Champignons
1 Zander, geschuppt (1 kg)	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
Pfeffer	Mehl	3 EL Sonnenblumenöl
2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin	1 EL Butterschmalz
50 ml Riesling	100 ml Geflügelbrühe	100 g Sauerrahm
60 g Sahne, leicht geschlagen		

Kartoffeln schälen, vierteln, leicht tounieren und in reichlich Salzwasser kochen. Lauchzwiebeln putzen, waschen und die weißen Spitzen ca. 5 cm lang abschneiden und zur Seite legen. Das Grün in feine Ringe schneiden. Die Karotten waschen und schälen (das Grün dran lassen). Die Karotten mit dem Grün in 5 cm lange Stücke schneiden, längs halbieren und zur Seite stellen. Den Rest der Karotten in möglichst feine Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden. Pilze putzen und vierteln. Den Zander filetieren und das Filet in ca. 180 g schwere Stücke schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen und vierteln. Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen, auf der Hautseite leicht mehlieren. Fisch in einer Pfanne mit heißem Öl kurz auf der Fleischseite anbraten, dann auf die Hautseite wenden. Kräuterzweige, Schalotten, Knoblauch, zur Seite gelegte Karottenstücke mit Grün und Lauchzwiebelstücke zugeben und mitbraten, bis der Fisch gar ist. Für die Sauce Zwiebelstreifen in einem Topf mit Butterschmalz anschwitzen, Karottenscheiben und Pilze zugeben. Kurz anbraten, dann mit 1 TL Mehl bestäuben und mit Riesling ablöschen. Diesen etwas einkochen lassen, dann die Brühe angießen, alles 2-3 Minuten köcheln lassen. Kurz vor dem Servieren den geschnittenen Zwiebellauch zugeben, Sauerrahm untermischen und abschmecken. Die Sahne unterheben, abschmecken und gleich anrichten. Die Salzkartoffeln darum herum geben. Fischfilets mit der Hautseite nach oben darauf geben und das gebratene Gemüse darauf setzen.

Martin Gehrlein 21. März 2012