

Gebratenes Zander-Filet mit Erbsen-Püree

Für 4 Personen

Für das Erbsenpüree:

600 g TK-Erbsen	3 EL Butter	200 ml Gemüsebrühe
Salz	Pfeffer	1 Prise Muskat
1 Prise Zucker		

Für den Fisch:

700 g Zanderfilet mit Haut	2 EL Butter	3 Zweige Thymian
Salz	Pfeffer	

Die Erbsen aus der Schote pulen.

In einem Topf die Butter für die Erbsen schmelzen. Erbsen und Gemüsebrühe zugeben und diese gar dünsten. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskat würzen.

In der Zwischenzeit Zanderfilet kalt abbrausen, trocken tupfen, in vier Portionen teilen und die Hautseiten mit einer scharfen Messerspitze fein einschneiden.

Dann die Erbsen mit einem Pürierstab fein mixen und durch ein Sieb streichen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

In einer beschichteten Pfanne etwas Butter schmelzen und die Zanderfilets darin auf der Hautseite kross anbraten.

Thymianzweige und den Rest Butter zugeben, Fischfilets auf die Fleischseite wenden und kurz garziehen lassen. Zander mit Salz und Pfeffer würzen.

Erbsenpüree in der Tellermitte anrichten und den gebratenen Zander darauf geben.

Vincent Klink am 07. Juni 2018