

Zander mit Zitronen-Schaum und Kräuter-Risotto

Für 4 Personen

Für das Risotto:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	500 ml Geflügelfond
Olivenöl	1 Zweig Thymian	150 g Risottoreis
100 ml trockener Weißwein	Bärlauchblätter	4 Stängel Petersilie
$\frac{1}{2}$ Pck Kresse	50 g kalte Butter	50 g Parmesan, gerieben
20 ml Zitronensaft	Salz	Pfeffer

Für den Zitronenschaum:

500 ml Fischfond	250 ml halbtrockener Weißwein	125 ml trockener Wermut
1 Bio-Zitrone	Salz	Cayennepeffer
50 g kalte Butter		

Für den Fisch:

4 Zanderfilets (à 150 g)	Salz	2 EL Pflanzenöl
2 Zweige Thymian	1 Spritzer Zitronensaft	1 EL Butter

Für das Risotto die Schalotte und den Knoblauch schälen und klein würfeln.

Geflügelfond in einem Topf erhitzen.

Das Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Schalotte mit dem Knoblauch und dem Thymianzweig anschwitzen. Den Risottoreis dazugeben und mit anschwitzen.

Mit dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen.

Nach und nach jeweils soviel vom heißen Geflügelfond angießen, dass der Reis gerade knapp mit Flüssigkeit bedeckt. Risotto unter häufigem Rühren cremig garen.

Bärlauch und Petersilie abbrausen, trocken schütteln, feinschneiden. Kresse abbrausen und vom Beet schneiden.

Für den Zitronenschaum den Fischfond mit dem Wein und dem Wermut in einem Topf aufkochen und um die Hälfte reduzieren.

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft zum Aromatisieren des Risottos auspressen.

In der Zwischenzeit die Zanderfilets kalt waschen, trocken tupfen und auf der Hautseite im Abstand von 5 mm leicht einschneiden, damit sich die Haut beim Braten nicht zusammenzieht.

Die Filets auf beiden Seiten salzen.

Das Pflanzenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Zanderfilets mit der Hautseite in die Pfanne legen. Kurz andrücken, damit das Filet flach im heißen Öl brät.

Die Filets 3-4 Minuten sacht braten, dann wenden und den Thymian und den Zitronensaft zugeben. Die Filets darin gar ziehen lassen.

Nach ca. 20 Minuten den Thymian aus dem Risotto entfernen. Jetzt alle gehackten Kräuter hinzufügen.

Zuletzt die Butter unterrühren, Parmesan unterziehen.

Das Risotto mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

In den Fond für den Zitronenschaum die Zitronenschale einrühren und mit Salz, Pfeffer und Cayennepeffer würzen. Die Butter hinzufügen und die Sauce mit dem Stabmixer kurz aufschäumen, abschmecken.

Den gebratenen Zander auf Tellern anrichten, den Zitronenschaum überträufeln und das Risotto dazu reichen.

Ali Güngörmüs am 18. März 2020