

Kräuter-Risotto mit Zander und Zitronen-Schaum

Für 4 Personen

Für das Risotto:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	500 ml Geflügelfond
Olivenöl	1 Zweig Thymian	150 g Risottoreis
100 ml trockener Weißwein	Bärlauch-Blätter	4 Stängel Petersilie
½ Pck. Kresse	50 g Parmesan	50 g kalte Butter
20 ml Zitronensaft	Salz	Pfeffer

Für den Zitronenschaum:

500 ml Fischfond	250 ml halbtrock. Weißwein	125 ml trockener Wermut
1 Bio-Zitrone	Salz	Cayennepfeffer
50 g kalte Butter		

Für den Fisch:

4 Zanderfilets mit Haut	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, Knoblauch und Thymianzweig anschwitzen. Den Risottoreis dazugeben und mit anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen.

Nach und nach jeweils so viel vom heißen Geflügelfond angießen, dass der Reis gerade knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Risotto unter häufigem Rühren cremig garen. Bärlauch und Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden. 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.

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

Die Fischfilets 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, Zitronensaft und Butter zugeben, die Temperatur reduzieren. Die Filets darin gar ziehen lassen.

Für den Risotto Parmesan fein reiben. Nach ca. 20 Minuten Garzeit den Thymian aus dem Risotto entfernen.

Alle gehackten Kräuter und die Butter unter das Risotto rühren, Parmesan unterziehen.

Risotto mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

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

Ali Güngörmüs am 10. Mai 2021