

Zander mit Champagner-Schaum und Lauch-Fregolasotto

Für zwei Personen

Für den Zander:

1 Zanderfilet à 400 g

50 g Butter

1 Knoblauchzehe

Olivenöl

3 Zweige Thymian

Meersalz

Für das Lauch-Fregolasotto:

100 g Fregola Sarda

250 ml Geflügelfond

1 Lauch

50 g Parmesan

50 g Butter

Salz, Pfeffer

Für den Schaum:

100 ml Champagner

200 ml Fischfond

$\frac{1}{4}$ TL Cayennepfeffer

1 Zwiebel

3 EL Crème-fraîche

Salz

1 Zitrone, Saft

100 g Butter

Pfeffer

Für den Zander:

Das Zanderfilet in die gewünschte Portionsgröße schneiden. Die Filets mit der Hautseite nach unten in eine kalte Pfanne mit Öl legen. Den Fisch bei mittlerer Hitze kross braten. Thymian, angebrückten Knoblauch und Butter dazugeben und den Butterschaum mit einem Löffel über den Fisch geben.

Den Fisch aus der Pfanne nehmen, abtropfen lassen, mit Salz würzen und servieren.

Für das Lauch-Fregolasotto:

Die Fregola-Sarda-Perlen in einem Topf mit aufgeschäumter Butter anbraten. Erwärmt Geflügelfond nach und nach angießen.

Den Lauch waschen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Die Lauchwürfel unter das fertige Risotto rühren und mit Parmesan cremig binden.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Schaum:

Die Zwiebel abziehen, halbieren und fein würfeln. 1 EL Butter in einem Topf aufschäumen und die Zwiebeln darin andünsten. Mit Champagner ablöschen und mit Fischfond auffüllen. Die Sauce leicht einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Die übrige Butter und Crème fraîche mit einem Stabmixer einarbeiten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Johann Lafer am 15. März 2019