

Zander-Filet mit Rahm-Sauerkraut und Traubensenf-Schaum

Für zwei Personen

Für das Zanderfilet:

| | | |
|------------------------|--------------|-----------------------|
| 2 Zanderfilets à 150 g | 8 Sch. Bacon | $\frac{1}{2}$ Zitrone |
| 2 EL Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Für das Rahm-Sauerkraut:

| | | |
|-------------------------------|------------------------------|-------------------|
| 600 g vorgeg. Wein-Sauerkraut | 2 Schalotten | 100 g Speckwürfel |
| 200 g Sahne | 50 ml Weißwein | 2 Wacholderbeeren |
| 1 Lorbeerblatt | $\frac{1}{2}$ TL Kümmelsamen | 1 Prise Zucker |
| 2 EL Butterschmalz | Salz | Pfeffer |

Für den Traubensenf-Schaum:

| | | |
|------------------|-----------------|------------------|
| 3 Schalotten | 1 Zitrone | 250 g Sahne |
| 250 ml Fischfond | 100 ml Weißwein | 3 EL Traubensenf |
| 50 g Butter | Salz | Pfeffer |

Für das Zanderfilet:

Die Zanderfilets unter fließendem, kaltem Wasser waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Die Fischstücke auf der Hautseite gleichmäßig mit Speck belegen. Öl in einer Pfanne erhitzen und den Fisch darin auf der Speckseite bei starker Hitze knusprig anbraten. Die Pfanne vom Herd ziehen, den Fisch wenden und 2 Minuten gar ziehen lassen. Zitronensaft auspressen und den Fisch mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen.

Für das Rahm-Sauerkraut:

Das Sauerkraut waschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Lorbeer, Wacholder und Kümmel in einen Teebeutel geben und den Teebeutel mit Küchengarnt zubinden. Die Schalotten abziehen, schälen und in Würfel schneiden. Das Butterschmalz in einem Topf erhitzen und die Schalotten darin bei mittlerer Hitze glasig anschwitzen. Den Zucker einstreuen und leicht karamellisieren lassen. Das Kraut dazugeben. Mit Weißwein ablöschen und die Flüssigkeit leicht einkochen. Speck und Gewürzbeutel dazugeben. Die Sahne angießen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Deckel auflegen und das Kraut bei niedriger bis mittlerer Hitze 20 Minuten garen.

Zuletzt den Teebeutel aus dem Sauerkraut-Topf entfernen und das fertige Kraut mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Traubensenf-Schaum:

Für die Sauce die Schalotten abziehen und schälen. Butter in einem Topf erhitzen und Schalotten darin bei mittlerer Hitze anschwitzen. Mit Weißwein und Fischfond ablöschen und die Flüssigkeit fast vollständig einkochen lassen.

Die Sauce mit der Sahne auffüllen und weitere 10 Minuten einkochen.

Anschließend die Sauce mit dem Stabmixer pürieren. Mit dem Saft einer Zitrone, Traubensenf, Salz und Pfeffer abschmecken. Nach Belieben durch ein feines Sieb streichen und mit dem Stabmixer aufschäumen.

Jeweils einen Klecks Rahmsauerkraut auf die Teller setzen, die Fischstücke darauf anrichten und das Ganze mit dem Traubensenf-Schaum beträufeln, anschließend servieren.

Nelson Müller am 13. Dezember 2019