

Zander mit Rote-Bete-Kartoffel-Püree, Kräuter-Soße

Für zwei Personen

Für den Fisch:

800 g Zanderfilet, mit Haut	Mehl	2 Zweige Thymian
50 g Butter	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Kartoffelpüree:

500 g vorg. Rote Bete	700 g Kartoffeln	40 g Crème-fraîche
200 ml Gemüsefond	1 Bund glatte Petersilie	5 g Koriandersamen
5 EL Olivenöl	1 Muskatnuss	Zucker, Salz, Pfeffer

Für das Bete-Gemüse:

2 Chioggia Bete	2 Rote Bete	2 Gelbe Bete
1 TL Senfsaat	1 Zwiebel	50 ml Himbeeressig
	1 EL Butter	Zucker, Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

500 g Sahne	3 Schalotten	1 Limette
100 ml Weißwein	50 g Butter	4 EL Kräutersenf
2 Zweige Schnittlauch	500 ml Fischfond	2 Zweige glatte Petersilie

Für die Garnitur:

	2 Zweige Kerbel	Salz, Pfeffer
1 Beet Blutampferkresse	50 g Walnüsse	50 g Zucker

Für den Fisch: Zander waschen, trockenwedeln, portionieren und die Haut dreimal leicht einritzen. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Zander mit Mehl bestäuben und auf der Hautseite in Olivenöl knusprig anbraten. Auf die andere Seite drehen mit Salz und Pfeffer würzen und etwas Butter und Thymian dazugeben.

Für das Kartoffelpüree: Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Kartoffeln schälen, eine Kartoffel in kleine Würfel schneiden, den Rest in Scheiben schneiden und in Salzwasser garen. Kartoffelwürfel in Öl braten. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

Vorgegarte Rote Bete in grobe Würfel schneiden und 5 Minuten bevor die Kartoffeln ihren Garpunkt erreicht haben, hinzugeben. In einem Spitzsieb abgießen und ausdämpfen lassen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln, die Blätter abzupfen und in feine Streifen schneiden. Fond aufkochen, Rote Bete und Kartoffeln dazugeben, alles mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken. Muskatnuss reiben und 1 Msp. auffangen. Crème fraîche und Petersilienblätter unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für das Bete-Gemüse: Beten getrennt in Salzwasser kochen, etwas auskühlen lassen und schälen. In Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und klein schneiden.

Getrennt mit Himbeeressig, Salz, Pfeffer und Zucker marinieren. Zwiebel und Senfsaat aufteilen. Beten jeweils in etwas Butter anschwitzen und glasieren.

Für die Sauce: Schalotten abziehen, in Streifen schneiden und in Butter anschwitzen, mit Weißwein und Fond ablöschen und reduzieren. Mit Sahne auffüllen und pürieren. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Mit Limettensaft, Kräutersenf, Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie, Schnittlauch und Kerbel abbrausen, trockenwedeln, hacken und dazugeben. Kurz vor dem Servieren aufmixen.

Zucker in einer Pfanne schmelzen. Walnüsse hinzugeben und karamellisieren. Gericht mit Blutampferkresse garnieren.

Den kross gebratener Zander mit Rote-Bete-Kartoffelpüree anrichten, einige Scheiben der bunten Bete anlegen und die Kräutersensauce rundherum träufeln.

Nelson Müller am 03. April 2020