

Zander-Filet auf Apfel-Ingwer-Wirsing und Rote Bete

Für 4 Personen

Wirsing:

0,5 Kopf Wirsing	1 Apfel, rotbackig	2 EL Ingwer, eingelegt
2 EL Butter	100 ml Gemüsebrühe	200 g Sahne
1 EL Butter, braun	Pfeffer, schwarz	Chilipulver, mild
Muskatnuss	Salz	

Rote Bete:

750 g Rote Bete	0,5 TL Kümmel, ganz	1 EL Butter, braun
Chilisalz	Salz	

Zander:

500 g Zanderfilet, mit Haut	1 EL Öl	Pfeffer
Salz		

Eingelegter Ingwer:

200 g Ingwer	100 ml Reisessig	130 g Zucker
Salz		

Wirsing:

Den Wirsing putzen, in einzelne Blätter teilen, diese halbieren und dabei die Blattrippe entfernen. Die Blätter waschen, in kochendem Salzwasser in einigen Minuten bissfest blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Mit den Händen das Wasser aus den Blättern drücken, anschließend in Rauten schneiden oder klein hacken. Den Apfel waschen, vierteln und in einen halben bis einen Zentimeter große Würfel schneiden. Den Ingwer in feine Streifen schneiden. Die Apfelwürfel in einer Pfanne in einem Esslöffel Butter bei milder Hitze zwei Minuten andünsten. Brühe und Sahne mit dem blanchierten Wirsing und dem Ingwer in die Pfanne geben und erhitzen. Die übrige Butter (einen Esslöffel) mit der braunen Butter hineinrühren und mit Salz, Pfeffer, Chili und etwas Muskatnuss würzen.

Rote Bete:

Die Rote Bete in Salzwasser mit etwas Kümmel weich kochen, schälen und in etwa zwei Millimeter dicke Scheiben, in Spalten oder in einen Zentimeter breite Stifte schneiden. Die Rote Bete in etwas brauner Butter erhitzen und mit Chilisalz würzen.

Zander:

Die Zanderfilets in acht gleich große Stücke schneiden. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze im Öl mit der Hautseite nach unten einlegen, drei bis vier Minuten kross anbraten. Den Fisch wenden, die Pfanne vom Herd nehmen und in der Nachhitze der Pfanne glasig durchziehen lassen. Auf Küchenpapier abtropfen, salzen und pfeffern.

Eingelegter Ingwer:

Für den eingelegten Ingwer den Ingwer schälen und auf dem Gemüsehobel in feine Scheiben schneiden. Die Scheiben mit 380 Milliliter Wasser, dem Reisessig, dem Zucker und eineinhalb Teelöffel Salz in einem Topf aufkochen, vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Je zwei Zanderfilets auf warme Teller geben, den Apfel-Ingwer-Wirsing und die Roten Bete daneben anrichten und sofort servieren.

Alfons Schuhbeck am 16. Dezember 2011