

Pochierter Zander mit Beluga-Linsen und Meerrettich

Für vier Personen

Zander:

600 g Zanderfilet	0,5 Zitrone	0,25 Bund Dill
Butter	Salz	

Meerrettich:

2 EL Sahnemeerrettich	1 EL Joghurt	Salz
-----------------------	--------------	------

Linsen:

180 g Belugalinsen	1 Schalotte	4 cl Aceto Balsamico, alt
250 ml Brühe	1 Scheibe Speck	1 TL Weizenstücke
Pfeffer	Butter	Salz

Anrichten:

0,25 Stange Meerrettich

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Zander:

Zunächst etwas Butter in einem kleinen Topf zerlaufen lassen. Die Zanderfilets in 80 Gramm große Stücke portionieren, einen Teil der Butter auf einer großen Porzellanplatte mit einem Pinsel ausstreichen, die Filets darauf setzen und mit etwas Salz sowie Abrieb der Zitrone würzen. Etwas Butter großzügig um die Filets herum träufeln. Den Dill darauf legen, mit Klarsichtfolie abdecken und im vorgeheizten Backofen circa 20 Minuten glasig garen.

Meerrettich:

Den Sahnemeerrettich mit etwas Joghurt verfeinern und mit einer Prise Salz abschmecken.

Linsen:

Die Linsen in einem kleinen Topf mit etwas leicht gesalzenem Wasser gar ziehen lassen. Anschließend durch ein Sieb gießen. Die Schalotte klein schneiden und mit etwas Butter in einer kleinen Sauteuse anschwitzen. Jetzt die Linsen hinzugeben, mit Aceto Balsamico sowie Brühe aufgießen und somit abschmecken. Mit einer Prise Salz und Pfeffer würzen. Den Speck hinzu und noch etwas mitziehen lassen. Kurz vor dem Servieren die Belugalinsen mit etwas angerührter Weizenstärke leicht sämig abbinden.

Anrichten:

Die abgebundenen Linsen auf den Teller geben und die abgetropften Zanderfilets (ohne Dill) dekorativ darauf setzen. Den Joghurt mit dem Meerrettich drumherum träufeln und den frischen Meerrettich großzügig auf den Fisch raspeln.

Alexander Herrmann am 23. März 2012