

Zander-Filet im Karotten-Trauben-Sud mit Kartoffel-Püree

Für vier Personen

Für das Püree:

700 g Kartoffeln, mehlig	3 Zwiebeln	50 g Butter
100 ml Sahne	1 Muskatnuss	Salz, Zucker

Für den Zander:

300 g Karotten	300 g Trauben, hell, kernlos	1 Stück Ingwer, ca. 30 g
2 Schalotten	1 Chilischote, klein	1 EL Zucker
200 ml Weißwein	50 g Butter	1 Bund Kerbel
700 g Zanderfilet	2 EL Olivenöl	3 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin	2 Knoblauchzehen	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 180°C vorheizen. Für das Püree die Kartoffeln gründlich waschen und auf dem Backofengitter im Backofen 50 Minuten garen. Die Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin goldbraun schmoren, anschließend mit Salz und Zucker würzen. Die Sahne aufkochen, kräftig mit Salz und frisch geriebener Muskatnuss würzen und danach fünf Minuten köcheln lassen. Die gegarten Kartoffeln halbieren und durch eine Kartoffelpresse direkt in die heiße Sahne drücken und verrühren. Für den Sud die Karotten waschen, schälen und in Scheiben schneiden. Die Trauben von den Stielen ziehen, waschen und halbieren. Ingwer und Schalotten schälen. Den Ingwer daraufhin fein reiben, die Schalotten klein würfeln. Die Chilischote halbieren, entkernen und klein schneiden. Den Zucker karamellisieren und Chili, Ingwer und Schalotten darin anschwitzen. Die Karotten zugeben, mit Weißwein ablöschen und bei milder Hitze bissfest garen. Nun die Trauben zugeben und kurz darin erwärmen. Mit Salz und Pfeffer würzen. 25 Gramm Butter zugeben, unterrühren und den Sud damit binden. Den Kerbel klein schneiden und unter den Sud rühren. Das Zanderfilet in vier gleichmäßige Stücke schneiden und in einer Pfanne im heißen Olivenöl mit den Kräutern und Knoblauch von beiden Seiten anbraten, dabei die Hautseite knusprig braun braten. Die restliche Butter zugeben und den Fisch damit überziehen. Zum Anrichten das Kartoffelpüree und die Karotten mit dem Sud in tiefen Tellern anrichten. Die geschmorten Zwiebeln auf dem Kartoffelpüree verteilen. Je ein Stück Zanderfilet darauf geben und servieren.

Johann Lafer am 10. November 2012