

Gebratener Zander und Spargel mit Sauce Béarnaise

Für 2 Portionen

10 Stangen weißer Spargel	Zucker	Salz
ein Lorbeerblatt	Saft einer halben Zitrone	Butter
2 Eier	1 Schuss Weißwein	4-5 Lauchzwiebeln
Schnittlauch	Austernblatt	Petersilie
Möhrengrün	400 g Zander-Filet	Salz, Zitronensaft, Öl

Spargel schälen und die holzigen Enden abschneiden.

Aus den Enden einen Sud kochen: Dazu Spargelenden mit einem Lorbeerblatt, einer Zitronenspalte und etwas Zucker so lange kochen, bis der Sud intensiv nach Spargel schmeckt.

Das Wasser aus der Butter auskochen: Dazu die Butter in einen noch kalten Topf geben und langsam erhitzen. Nach einigen Minuten entsteht an der Oberfläche Schaum, diesen abschöpfen bis die Butter klar ist und nicht mehr sprudelt.

Nach dem Auskochen, die Butter etwas herunterkühlen lassen.

2 Eier trennen. Einen Schuss Weißwein auf die Eigelbe geben.

4-5 Lauchzwiebeln halbieren, wenn sie sehr dick sind auch einmal der Länge nach.

Mit etwas Öl in einer Pfanne anbraten und mit etwas Salz würzen.

Spargel für etwa 10 Minuten in Spargelsud garen.

Den Spargel aus dem Sud nehmen. Spargel halbieren und mit Lauchzwiebeln in einer Pfanne mischen.

Für die Sauce Béarnaise Kräuter (z.B. Schnittlauch, Austernblatt, eine Hand voll Petersilie und etwas Möhrengrün) hacken.

Die Eigelbe mit dem Weißwein bei kleiner Hitze so lange mit einem Schneebesen schlagen, bis die Sauce beginnt, dick zu werden.

Geklärte Butter in dünnem Strahl langsam in die Eigelbe gießen, dabei weiter mit dem Schneebesen schlagen.

Gehackte Kräuter zur Soße geben und vermischen.

Falls noch Gräten im Fisch sind, diese entfernen. Die Filets in etwas Salz wenden. In Öl anbraten und etwas Butter dazugeben.

Sauce Béarnaise zusammen mit Spargel und Fisch auf Tellern anrichten.

Etwas Zitrone über den Fisch träufeln.

Björn Freitag am 13. Mai 2022