

## Fruchtige Zander-Pfanne

Für 2 Portionen

400 g Zanderfilet	1 rote Paprika	1 Pak-Choi
50 g Physalis	10 g Ingwer	3 Zweige Zitronenthymian
1 Zwiebel	30 g Butter	Salz
Pfeffer		

Den Grätenkamm des Zanderfilets heraustrennen und den Fisch grob würfeln. Die Paprika halbieren und ebenfalls in Würfel schneiden. Beides in einer Pfanne mit Butter anbraten. Den Zitronenthymian mit in die Pfanne geben. Die Blätter der Physalis entfernen und die Früchte halbieren. Den Pak-Choi waschen und in grobe Stücke schneiden. Zwiebel hacken und alles in der Pfanne anschwitzen. Den Ingwer schälen und darüber reiben. Auf Teller verteilen und servieren.

Tipp:

Honig und Sojasauce runden das Gericht ab.

Steffen Henssler am 20. 07. 2011