

Zander-Filet in Parma-Schinken mit Shiitake-Gemüse

Für 2 Portionen

300 g Zanderfilet	100 g Shiitake-Pilze	200 g Lauch
8 Sch. Parma-Schinken	1 Zitrone	50 g Parmesan
Mehl, Öl, Butter	Salz, Pfeffer	

Als erstes die Haut des Zanders entfernen und das Filet leicht salzen und pfeffern. Den Parma-Schinken um das Zanderfilet wickeln, melieren und in einer Pfanne mit heißem Öl von beiden Seiten anbraten. Die Stängel der Shiitake-Pilze entfernen und die Köpfe in dünne Scheiben schneiden. Eine weitere Pfanne mit reichlich heißem Öl aufsetzen, die Pilze hinein geben und mehrfach im Öl schwenken. Den Lauch in Ringe schneiden und zu den Pilzen geben. Das Pfannengemüse anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Ein wenig Butter in die Fischpfanne geben und die Hitze leicht reduzieren. Schließlich sowohl das Pilzgemüse als auch das Zanderfilet vom Herd nehmen und auf Tellern anrichten. Dem Buttersud in der Fischpfanne den Saft einer halben Zitrone hinzufügen. Danach den Pfannensatz über den Fisch und das Gemüse geben. Zum Abschluss Parmesan über das Zanderfilet reiben und servieren.

Steffen Henssler am 10. 05. 2012