



Filet vom Havel-Zander

in Meersalzbutter gebraten
auf Gurke in Senfrahm
an Rote-Bete-Meerrettich-Püree

Regionaltypischer geht diese Brandenburger Fisch-Kreation wohl kaum: Zander aus der Havel, Kartoffeln aus dem Märkischen, Salatgurke, Meerrettich und Bete aus dem Spreewald. – Ein fantastisch pikanter Fischgenuss!

2 Personen

ZUTATEN:

ZANDER:

- 2 Zander-Filets mit Haut (à ca. 100 g)
- 2 EL Pflanzenöl
- 3 EL Meersalzbutter
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- Fleur de sel

GURKE:

- 2 Schalotten
- 1 Salatgurke (ca. 350 g)
- Meersalz
- 25 g Butter
- 100 ml trockener Weißwein
- 50 ml Sahne
- 1 EL Crème fraîche
- 1 EL Moutarde à l'Ancienne
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1 Prise Zucker
- ½ Bund Dill

PÜREE:

- 300 g Kartoffeln (mehlig kochend)
- ca. 50 ml Rote-Bete-Saft (BIO)
- 2 TL Meerrettich (gehäuft) (Spreewaldkonserve)
- 2 – 3 EL Butter
- Meersalz

DES WEITEREN:

- 2 TL Sahnemeerrettich
- 1 TL mittelscharfer Senf
- Zitronenspalten,
- Petersilienblättchen, Dill

1 GURKEN: Die Schalotten in feine Streifen schneiden. Die Gurke schräg in 1,5 – 2 cm breite Stücke schneiden und leicht salzen. – Butter in einem Topf erhitzen, Schalotten darin bei mittlerer Hitze glasig andünsten. – Die Gurken zugeben und 1 weitere Minute dünsten. Weißwein zugießen und vollständig reduzieren. Sahne und Crème fraîche dazu geben und bei mittlerer Hitze 5 – 6 Minuten zugedeckt dünsten. – Am Ende der Garzeit den Senf unterrühren und mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker pikant abschmecken. Zum Schluss den Dill fein schneiden und unterheben. – Das Gemüse warm halten.

2 PÜREE: Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Die Butter in einen Kasseröllchen schmelzen. Kartoffeln mit Wasser bedecken, einen Teelöffel Salz zugeben und etwa 8 Minuten weich kochen. Kartoffeln abgießen und auf abgeschalteter Platte abdämpfen. Kartoffeln stampfen. die geschmolzene Butter und den Betsaft zugeben und das Püree glatt rühren. Das Püree sollte eine geschmeidige Konsistenz haben. Gegebenenfalls Saft bzw. Butter zugeben. Evtl. noch mit etwas Salz abschmecken und warm halten.

3 ZANDERFILETS: In einer beschichtet Pfanne wenig Öl erhitzen und die küchenfertig vorbereiteten Zanderfilets ungewürzt kross auf der Haut anbraten. Filets kurz aus der Panne nehmen. Die Hitze reduzieren, die Meersalzbutter zugeben, unaufschäumen lassen, die Zanderfilets auf der Fleischseite pfeffern, diesmal auf der Fleischseite) hineingeben und bei milder Hitze leicht glasig in der Butter saftig zu Ende garen.

ANRICHTEN: Auf gut vorgewärmte Teller das Gurkengemüse geben, Darauf die Zanderfilets mit der Haut nach oben legen, mit der Meersalzbutter nappieren und mit Fleur de sel bestreuen. Sahnemeerrettich mit Senf verrühren. Einen Tupfen Senfmeerrettich auf das Filet geben und Zitronenachtel anlegen. – Vom Püree mit einem Esslöffel Nocken abstreichen und je 3 Nocken pro Teller dahinter platzieren. Alles mit Dill und Petersilie garnieren.

Dieses Rezept ist ein Service von www.feine-kueche.jimdo.com