

Zander-Filet mit Parmesan-Kräuter-Kruste, Safran-Risotto

Für zwei Personen

2 Zanderfilets à 200 g	100 g Risotto Reis	2 EL Semmelbrösel
1 Zucchini	1 Zitrone	1 Zwiebel
1 Ei	1 EL Mehl	5 EL Parmesan
$\frac{3}{4}$ l Gemüsefond	$\frac{1}{2}$ l Weißwein	1 Bund Dill
1 Bund Basilikum	1 Dose Safranfäden	Paprikapulver
4 EL Balsamico	Öl, Butterschmalz	Salz, Pfeffer

Die Zanderfilets waschen, trockentupfen, mit dem Saft einer halben Zitrone beträufeln und leicht würzen. Das Ei verquirlen. Die Zanderfilets erst in Mehl und anschließend im verquirltem Ei wenden. Den Parmesankäse reiben und mit den Semmelbröseln vermischen. Den Basilikum und Dill waschen, klein schneiden und unter die Parmesan-Semmelbrösel mischen. Das Fischfilet darin wenden und in einer Pfanne mit heißem Butterschmalz auf jeder Seite etwa fünf Minuten goldbraun ausbacken. Die Zwiebeln abziehen, kleinschneiden und andünsten. Einen Viertel Liter Gemüsefond auf die Zwiebel geben und nach und nach Weißwein hinzugeben und zum Köcheln bringen. Das Risotto in den Topf geben und köcheln lassen. Den Gemüsefond weiter hinzugeben. Den Parmesan reiben und mit einem Esslöffel Butter unter das Risotto rühren. Die Safranfäden in Wasser auflösen und ebenfalls in das Risotto geben. Die Zucchini klein schneiden und in Öl leicht andünsten. Mit einem Dressing aus Balsamico, dem restlichen Saft der Zitrone, Salz und Pfeffer die Zucchini auf dem Risotto anrichten. Das Zanderfilet mit Parmesan-Kräuterkruste und dem Safran-Risotto garnieren und servieren.

Edmund Backer am 03. Februar 2014