

Gebratener Zander mit Haselnuss-Butter, Rotwein-Spinat

Für zwei Personen

Für den Zander:

4 Zanderfilets à 150 g	1 Zitrone	3 EL Sonnenblumenöl
3 EL Butter	6 EL geschälte Haselnüsse	Salz, Pfeffer

Für den Rotweinspinat:

500 g Spinat	2 Schalotten	2 Knoblauchzehen
2 EL Butter	500 ml trockener Rotwein	1 EL Honig
Salz, Pfeffer		

Die Haselnüsse grob hacken und in einer Pfanne anrösten. Für den Rotweinspinat die Schalotten und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Butter in einem großen Topf erhitzen und die Schalotten und den Knoblauch darin glasig anschwitzen. Mit dem Rotwein ablöschen, den Honig dazugeben und bei mittlerer Hitze auf die Hälfte einkochen lassen. In der Zwischenzeit den Zander waschen und trocken tupfen. Den Fisch von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schale der Zitrone abreiben. Anschließend die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Filets von beiden Seiten drei Minuten darin anbraten. Zum Schluss die Butter und die Haselnüsse dazugeben und aufschäumen lassen. Mit einem Esslöffel Zitronensaft ablöschen. Der restliche Zitronensaft kann anders verwendet werden. Den Fisch immer wieder mit der Butter übergießen. Den Spinat waschen und abtropfen lassen. Den Spinat in die Rotweinreduktion geben und kurz zusammen fallen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Zitronenschale abschmecken. Die übrige Zitronenschale kann anders verwendet werden. Das Zanderfilet mit der Haselnussbutter auf Tellern anrichten und mit dem Spinat servieren.

Mario Broszio am 02. Februar 2015