

# Zander-Filet mit Kartoffel-Spinat-Püree

**Für zwei Personen**

**Für das Zanderfilet:**

2 Zanderfilets à 250 g	Pflanzenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

**Für das Kartoffel-Spinat-Püree:**

500 g Kartoffeln	500 g Spinat	1 Zwiebel, klein
50 g Knollensellerie	1 Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ Bund Majoran, frisch
75 ml Gemüsefond	3 EL Sahne	50 g Butter
Muskatnuss	Salz	schwarzer Pfeffer

Die Kartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden. Den Knollensellerie schälen und in kleine Stücke schneiden. Beides in einem Topf mit Salzwasser gar kochen.

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Die Hälfte der Butter in der Pfanne erhitzen und die Zwiebel und den Knoblauch darin anschwitzen. Den Spinat waschen, trocknen und hinzufügen. Die Sahne und den Fond hinzufügen, kurz aufkochen lassen und für drei bis fünf Minuten ziehen lassen. Mit etwas Salz und ein wenig Pfeffer würzen. Die Muskatnuss reiben und hinzufügen. Den Majoran waschen, trocknen, kleinschneiden und ebenfalls hinzufügen.

Die Zanderfilets waschen, trocknen und mit etwas Salz und ein wenig Pfeffer würzen. Den Fisch auf der Hautseite in etwas Pflanzenöl für drei bis vier Minuten anbraten, kurz wenden und auf einen Teller legen. Den Teller mit Alufolie bedecken.

Die Kartoffeln abgießen und mit dem Kartoffelstampfer zerstampfen. Den Rest der Butter hinzufügen. Langsam die Spinatbrühe untermischen. Abschließend den Spinat unterheben. Erneut mit etwas Salz, ein wenig Pfeffer und Majoran abschmecken.

Das Zanderfilet mit Kartoffel-Spinat-Püree auf Tellern anrichten, etwas Bratensaft über den Zander geben und servieren.

Christian Körtke am 13. Mai 2015