

Zander-Filet mit Schalotten-Spinat und Meerrettich-Soße

Für 2 Personen

500 g Zanderfilet mit Haut	150 g Blattspinat	1 unbehandelte Zitrone
5 Schalotten	1 Knoblauchzehe	Mehl
2 TL Butter	1 TL Butterschmalz	2 EL Sahnemeerrettich
300 ml Sahne	300 ml trockener Weißwein	300 ml Gemüsefond
3 Zweige Thymian	schwarzer Pfeffer	Salz

Den Zander waschen, trocken tupfen, würzen und auf der Hautseite leicht mehlieren. Eine Pfanne mit Butterschmalz erhitzen und den Zander auf der Hautseite kross braten. Den Fisch gelegentlich wenden. Etwas Schale von der Zitrone reiben. Zum Schluss etwas Butter, Thymian und Zitronenschale hinzugeben und aufschäumen lassen. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden. Den Spinat putzen und gut waschen. Die Schalotten- und Knoblauchwürfel mit der restlichen Butter in einer Sauteuse langsam glasig garen. Anschließend den Spinat hinzugeben, kurz durchschwenken und fertig garen. Das Ganze mit Salz abschmecken. Den Weißwein in einem Topf gut einkochen lassen, einen Teil des Fonds und der Sahne aufgießen, aufkochen und aufmixen. Wenn die Grundsauce nicht schäumt bzw. zu dünn ist, noch etwas Sahne hinzugeben. Sollte die Sauce zu dick sein, noch etwas Fond hinzugeben. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Zum Schluss die Sauce mit dem Sahnemeerrettich, Salz und etwas Zitronensaft abschmecken. Das gebratene Zanderfilet mit dem Schalotten-Spinat und der Meerrettichsauce auf Tellern anrichten und servieren.

Alexander Herrmann am 04. November 2011