

Zander mit Kräuter-Soße, Salzkartoffeln und buntem Salat

Für 2 Personen

2 Zanderfilets mit Haut	4 festk. Kartoffeln	0,5 Gurke
8 Radieschen	8 Kirschtomaten	0,5 Blattsalat
3 Schalotten	1 Zitrone, unbehandelt	1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Schnittlauch	0,5 Bund Dill	2 EL Butterschmalz
4 EL Joghurt	100ml Schlagsahne	4 EL Distelöl
4 EL weißer Balsamico-Essig	Olivenöl	Zucker
schwarzer Pfeffer	Salz	

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen. Die Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser gar kochen. Den Balsamico und den Joghurt in eine Schüssel geben, miteinander vermengen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Den Salat waschen, zupfen und trocken schleudern. Zwei Schalotten abziehen und in kleine Würfel schneiden. Die Gurke, die Radieschen und die Tomaten putzen, vom Grün und von den Enden befreien, in feine Scheiben schneiden und alles zum Dressing in die Schüssel geben. Das Distelöl darüber geben und alles vermengen. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Den Zander waschen, trocken tupfen, auf der Hautseite mehrmals einschneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend auf der Hautseite kross anbraten. Daraufhin im Backofen warm stellen. Die Petersilie zupfen und fein hacken. Den Schnittlauch in kleine Ringe schneiden. Die restliche Schalotte abziehen und in kleine Würfel schneiden. Etwas Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Schalotte darin andünsten. Das Ganze mit der Sahne ablöschen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Petersilie und den Schnittlauch dazu geben und alles vermengen. Die Zitrone vierteln und den Dill fein hacken. Den Zander mit den Salzkartoffeln und der Kräutersoße auf Tellern anrichten und mit dem Dill und einem Viertel Zitrone garnieren und mit dem bunten Salat servieren.

Erich Miketta am 19. Juli 2010