

Zander mit Pak Choi im Soja-Sud und Süßkartoffel-Püree

Für zwei Personen

Für den Zander:

400 g Zander (ohne Haut) 100 ml Zitronenöl 1 EL helle Misopaste
1 EL Mirin

Für den Pak Choi:

2 Mini Pak Choi 2 EL asiat. Fischsauce 1 rote Chilischote
1 Knoblauchzehe 1 Lauchzwiebel Sesamöl

Für den Soja-Sud:

50 ml Sake 2 Kaffirlimettenblätter 50 ml Sojasauce
200 ml Entenfond 100 ml Roses Lemon Squash 2 Spritzer grünes Tabasco
Speisestärke

Für das Süßkartoffelpüree:

1 violette Süßkartoffel 2 EL rote Currypaste 250 ml Sahne
2 EL Fischsauce

Für die Garnitur:

1 Limette 2 EL eingel. Sushiiingwer 1 Frühlingszwiebel
2 EL gesalzene Cashewnüsse

Für den Zander:

Backofen auf 100 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Zander mit Zitronenöl marinieren, auf einem Backblech mit Backpapier in den Ofen stellen und gar ziehen lassen. Anschließend herausnehmen.

Misopaste und Mirin miteinander vermischen, auf den Fisch streichen und mit einem Bunsenbrenner abfackeln.

Für den Pak Choi:

Knoblauch abziehen und andrücken. Chili der Länge nach in Streifen schneiden, in eine Bratpfanne geben und zusammen mit der Knoblauchzehe in Sesamöl anschwitzen. Pakchoi waschen und halbieren. Lauchzwiebel grob schneiden und alles mit in die Pfanne geben und mit Fischsauce würzen.

Für den Soja-Sud:

Sake, Sojasauce, Entenfond, Roses Lemon Squash, Kaffilimettenblätter und Tabasco in einem Topf aufkochen lassen und auf etwa die Hälfte reduzieren. Gegebenenfalls mit etwas Speisestärke abziehen.

Für das Süßkartoffelpüree:

Süßkartoffel schälen, klein schneiden und in einem Topf in der Sahne, Currypaste und Fischsauce gar kochen. Abgießen, pürieren und in eine Spritztüte füllen.

Für die Garnitur:

Sushiiingwer abtropfen und in feine Streifen schneiden. Frühlingszwiebel von den Enden befreien und nur das Grün klein schneiden. Nüsse fein hacken. Limettenschale reiben.

Pak Choi, Zander und Soja-Sud in einem tiefen Teller anrichten und Süßkartoffelpüree daneben garnieren. Mit Ingwer, Cashewnüssen, Frühlingszwiebelgrün und Limettenschale garniert servieren.

Ramon Danner am 26. Juni 2019