

Zander-Filet, Senf-Soße, Wirsing, Petersilien-Kartoffeln

Für zwei Personen

Für das Zanderfilet:

2 Zanderfilets à 140 g	10 g Butter	2 Thymian-Zweige
1 TL Mehl	10 ml Sonnenblumenöl	Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

2 Schalotten	20 g Butter	80 ml Sahne
50 ml Crème-fraîche	50 ml Weißwein	50 ml Wermut
1 EL scharfer Senf	2 EL grober Dijonsenf	4 Estragon-Zweige

Für den Wirsing:

$\frac{1}{2}$ Kopf Wirsing	1 kleine rote Zwiebel	1 Zitrone, Abrieb
250 ml Sahne	5 Petersilie-Zweige	1 Msp. gemahl. Kümmel

Muskatnuss

Für die Kartoffeln:

6 kl. festk. Kartoffeln	20 g Butter	4 Petersilie-Zweige
1 Lorbeerblatt		

Für das Pilzschnitzel:

200 g Kräuterseitlinge	2 Eier	Mehl, Panko, Öl
------------------------	--------	-----------------

Für die Croûtons:

5 Sch. Sauerteigbrot	50 g Butter	4 Zweige Thymian
Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

Für das Rotkohl-Gröstl:

1 Rotkohl	1 Orange, Abrieb	6 cm langes Stück Gorgonzola
Butter	200 ml Gemüsefond	50 ml Weißwein
3 EL Balsamicoessig	3 EL Honig	4 Zweige glatte Petersilie
Zucker	Salz	Pfeffer

Für das Zanderfilet:

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Zanderfilets salzen und pfeffern und auf der Hautseite leicht mehlieren.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Filets mit den Thymianzweigen kross anbraten. Butter hinzugeben. Erst ganz zum Schluss wenden und sofort servieren.

Für die Sauce:

Schalotten abziehen und würfeln. Schalotten in Butter anschwitzen. Mit Weißwein und Wermut ablöschen. Estragon abzupfen und die Stiele hinzugeben. Blätter fein hacken und gegen Ende hinzugeben. Um ca. die Hälfte einreduzieren lassen und mit Senf, Sahne und Crème fraîche auffüllen. Aufkochen, mixen und passieren. Vor dem Servieren mit grobem Senf und gehacktem Estragon abschmecken.

Für den Wirsing:

Wirsing von den äußeren Blättern befreien. Zwei Blätter abtrennen und die Rippe entfernen. Leicht salzen und mit Kümmel würzen. Auf einem Gitter im Ofen bei 180 Grad ca. 10 Minuten zu Chips trocknen.

Zwiebel abziehen und hobeln. Den restlichen Wirsing ohne Strunk in feine Julienne schneiden und zusammen mit der Zwiebel gründlich mit Salz verkneten. Zitronenschale abreiben.

Mit Sahne, Muskatnuss und Zitronenabrieb zu einem Rahmwirsing einkochen und zum Schluss mit gehackter Petersilie abschmecken.

Für die Kartoffeln:

Petersilie hacken. Kartoffeln schälen und in einem Topf mit kaltem Wasser, Lorbeerblatt und Salz aufstellen und ca. 20 Minuten weichkochen. Dann mit Butter und etwas Kochwasser abglasieren und in gehackter Petersilie schwenken.

Mario Kotaska am 22. Januar 2025