

Zander, Safran-Risotto, Rosenkohl, Speck-Chip

Für zwei Personen

Für den Zander:

2 Zanderfilets mit Haut 50 g Butter Salz

Für den Rosenkohl:

100 g Rosenkohl

Für den Speckchip:

4 dünne Sch. Speck

Für den Risotto:

150 g Risottoreis 1 Schalotte 100 g Parmesan

50 g Butter 500 ml Gemüfefond 100 ml trockener Weißwein

1 Bund glatte Petersilie 0,5 g Safranfäden Salz

Pfeffer

Für den Zander:

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Fisch abbrausen, trocken tupfen und mit Salz würzen.

Butter in einer beschichteten Pfanne schmelzen lassen und den Fisch auf der Hautseite 2-3 Minuten goldbraun braten. Anschließend wenden. Den Fisch nach bei wenig Hitze durchziehen lassen und auf einem Küchentrepp vor dem Servieren abtropfen.

Für die Rosenkohlblätter:

Rosenkohl putzen und die einzelnen Rosenkohlblätter ablösen. Dazu zuerst den Strunk abschneiden und dann die Blätter einzeln lösen. Die Rosenkohlblätter in die Fisch-Pfanne geben und für 2-3 Minuten in der restlichen Butter bei voller Hitze schwenken. Die Rosenkohlblätter sollten noch eine schöne grüne Farbe haben.

Für den Speckchip:

Speckscheiben zwischen zwei Backpapieren auf ein Backblech geben.

Den Speck bei 200 Grad im Ofen knusprig backen.

Für den Risotto:

Fond erwärmen. Safran in einem kleinen Teil des warmem Fonds einweichen. Den Rest des Fonds aufkochen.

Zwiebel abziehen, fein würfeln und in einem Topf in Butter anbraten. Reis hinzufügen und gut umrühren, bis er mit der Butter glänzend überzogen ist.

Mit Wein aufgießen und einkochen lassen. Fond nach und nach zugeben, sodass der Reis stets Flüssigkeit aufnehmen kann. Dabei immer wieder gut umrühren. Petersilie hacken. Parmesan reiben.

Wenn der Reis 15 Minuten gekocht hat, den Fond mit dem Safran zugeben. Das Risotto zu Ende garen und gelegentlich umrühren. Risotto vom Herd nehmen und den geriebenen Parmesan untermischen, bis er geschmolzen ist. Dann Petersilie und Rosenkohlblätter (von oben) unter das Risotto mischen, auf Teller verteilen und den Fisch darauf anrichten. Mit etwas Petersilie und einigen Rosenkohlblättern ausgarnieren

Alex Schöpe am 18. November 2025