

Zander-Filet in Kartoffel-Kruste, Bohnen-Ragout, Soße

Für zwei Personen

Für den Fisch:

2 Zanderfilets à 150 g	2 große festk. Kartoffeln	1 EL Kartoffelstärke
3 EL Butterschmalz	1 Zweig Rosmarin	Olivenöl, Salz

Für das Bohnen-Ragout:

100 g gekochte, weiße Bohnen	100 g gekochte Kichererbsen	20 g weiße Zwiebel
1 Karotte	1 Stangensellerie	$\frac{1}{4}$ Stange Lauch
1 Orange (Abrieb)	1 Bund Basilikum	1 EL Tomatenmark
100 ml Weißwein	1 EL weißer Balsamicoessig	100-200 ml Geflügelfond
Olivenöl	1 Msp. Chili	Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

2 Schalotten	100 ml Weißwein	2 EL weißer Balsamico
50 ml franz. Wermut	2 EL Crème-fraîche	150 g kalte Butter
Salz	Pfeffer	

Für den Fisch:

Die Kartoffel schälen und mit einem Hobel in ganz feine Scheiben schneiden. Diese übereinander legen und mit einem runden Ausstecher (Durchmesser ca. 3cm) ausstechen.

Fisch salzen. Butterschmalz in einem kleinen Topf zerlassen, die Kartoffelstärke mit einem Schneebesen einrühren und von der Hitze nehmen. Kartoffelkreise in der Kartoffelstärkemischung wenden und schuppenförmig auf die ehemalige Hautseite des Fisches legen. Die Fischfilets auf einen Teller legen, abfolieren und für ca. 10 Minuten in den Tiefkühler oder in den Kühlschrank legen, damit das Butterschmalz wieder fest wird und somit besser am Fisch haften bleibt.

Den Fisch aus dem Kühlschrank/Tiefkühler nehmen und in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Temperatur auf der KartoffelSchuppenseite in etwas Olivenöl langsam knusprig braten. Rosmarin dazugeben. Wichtig: Fisch niemals in die kühle Pfanne legen. (Sollten die Kartoffelschuppen knusprig und braun sein, der Fisch jedoch noch nicht ganz durch, dann diesen mit einer Flocke Butter und der Hautseite nach oben bei 160 Grad für ein paar Minuten in den Ofen geben.)

Für das Bohnen-Ragout:

Zwiebel abziehen, fein würfelig schneiden und in etwas Olivenöl in einem Topf langsam anschwitzen. Karotte schälen, in feine Würfel schneiden und dazugeben. Stangensellerie und Lauch putzen und feinschneiden. Ebenfalls kurz mitschwenken. Kichererbsen und Bohnen dazugeben und leicht salzen. Mit dem Tomatenmark bei mäßiger Hitze für ca. 1 Minute tomatisieren. (Tipp: darf nicht zu viel geröstet werden, da es sonst bitter wird) Mit dem Weißwein ablöschen und diesen bei mäßiger Hitze vollkommen einkochen. Mit etwas Geflügelfond aufgießen und zu einem cremigen Bohneragout einkochen. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Bohneragout mit Chili, etwas Essig, Salz, Pfeffer und dem gehackten Basilikum kräftig abschmecken und mit einem Spritzer Olivenöl vollenden. Das Ragout sollte leicht cremig sein, aber nicht zu flüssig.

Für die Sauce:

Schalotten abziehen, feinhacken, mit dem Weißwein, Essig und dem Wermut aufkochen und auf ca. 60 ml einreduzieren. Diese Masse in einen zweiten, kleinen Topf abseihen und gut ausdrücken. Unmittelbar vor dem Servieren die Crème fraîche zu dem aufgekochten Weinsud geben und die kalten Butterwürfel mit einem Schneebesen mit zügigen Bewegungen bei mäßiger Hitze einmontieren. (Man kann das auch mit einem Stabmixer machen) Je schneller man das macht, desto

besser wird die Bindung. Und die Masse darf dabei nicht zu heiß werden, die sie sonst gerinnt.
Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

Das Bohnenragout in einem etwas tieferen Teller anrichten, den knusprigen Zander darauf setzen
und die Sauce extra dazureichen.

Alexander Kumptner am 05. April 2019