

Zander-Fischstäbchen, Erbspüree, Remouladen-Soße

Für zwei Personen

Für die Fischstäbchen:

200 g dickes Zanderfilet	1 Zitrone, Abrieb	1 Ei
Öl	200 g Paniermehl	200 g Semmelbrösel
100 g Mehl	Salz	

Für die Soße:

2 Cornichons, mit Sud	2 EL Kapern	1 Zitrone, Abrieb
2 Eier	2 TL Senf	1-2 EL weißer Balsamico
125 ml Rapsöl	2 Zweige Petersilie	1 Prise Zucker
Salz	Pfeffer	

Für das Erbspüree:

300 g TK-Erbesen	2 EL Butter	1 Zweig Minze
Salz		

Für die Fischstäbchen:

Den Fisch in gleich große Stifte schneiden, salzen, von einer Seite pfeffern und etwas Zitronenabrieb darüber geben. Anschließend in einer klassischen Mehl-Eier-Brösel-Panade panieren und in heißem Öl goldgelb und innen glasig herausbacken. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen, nochmals leicht salzen und mit etwas Zitronenabrieb versehen.

Für die Soße:

Ein Ei 8 Minuten lang hart kochen, auskühlen lassen und pellen.

Das zweite Ei trennen, Eigelb auffangen, Eiweiß anderweitig verarbeiten.

Eigelb mit 1 TL Senf, Balsamicoessig, Öl, Zucker, Salz, Pfeffer in einen kleinen Messbecher geben und mit dem Stabmixer von unten zu einer Mayonnaise aufziehen.

Cornichons klein schneiden und mit etwas Sud in eine Schüssel geben.

Petersilie klein schneiden und dazu geben. Kapern dazu geben, etwas Zitronenabrieb darüber reiben, 2 EL der Mayonnaise dazu geben.

Gekochtes Ei grob hacken und ebenfalls dazu geben. Alles verrühren, restlichen Senf, etwas von der Mayonnaise dazu geben und nach Belieben salzen.

Für das Erbspüree:

Butter in einem Topf aufschäumen und Minzeblätter dazugeben, salzen.

TK-Erbesen dazugeben und durchschwenken. Mit einem Pürierstab pürieren und gern etwas Struktur lassen. Nochmals salzen.

Alexander Kumptner am 23. Januar 2026