

# Zander-Mangold-Wickel auf Kartoffel-Linsen-Ragout

## Für 4 Personen

150 g Linsen, braun	700 ml Gemüsefond	1 Lorbeerblatt
2 Zweige Thymian	1 Zwiebel	800 g Zanderfilet
100 g Sahne	1 Zitrone, unbehandelt	1 Staude Mangold
4 Schalotten	3 Knoblauchzehen	100 g Butter, kalt
300 g Kartoffeln, fest	50 ml Weißwein	1 Bund Schnittlauch
50 g Bacon	1 EL Dijon-Senf, grob	Salz, Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Linsen in einem Topf knapp mit etwas Gemüsefond (circa 300 Milliliter) bedeckt, einem Lorbeerblatt, zwei Thymianzweigen und einer geschälten Zwiebel weichkochen. Das Zanderfilet portionieren, dafür 100 Gramm Zanderfilet für die Farce klein würfeln und zehn Minuten ins Gefrierfach geben. Das restliche Filet in vier gleichgroße Stücke teilen. Die Schale der Zitrone abreiben. Die angefrorenen Würfel mit der eiskalten Sahne in einen Zerkleinerer geben und zu einer feinen Farce mixen. In eine Schüssel geben, kräftig mit Salz, Pfeffer und fein abgeriebener Zitronenschale abschmecken. Den Mangold putzen, waschen und die weißen Stiele von den Blättern trennen. Die grünen Blätter in reichlich kochendem Wasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken und zwischen einem Küchentuch sehr gut trocken tupfen. Die Zanderfiletstücke von beiden Seiten mit der Farce bestreichen und jeweils in die vorbereiteten Mangoldblätter einwickeln. Zwei Schalotten und zwei Knoblauchzehen schälen und klein würfeln. In einer Pfanne 30 Gramm Butter erhitzen, Schalotten und Knoblauch anschwitzen und die Mangold-Wickel darin anbraten. Anschließend auf ein Backblech legen und im Backofen zehn bis zwölf Minuten garziehen lassen. Die Kartoffeln waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden (circa 1 cm x 1 cm). Die Kartoffelwürfel in die Pfanne mit der angeschwitzten Schalotten-Mischung geben, in der der Fisch angebraten wurde. Kurz anschwitzen und mit dem Weißwein ablöschen. Diesen verkochen lassen, anschließend nach und nach 400 Milliliter Gemüsefond hinzufügen und köcheln lassen, bis die Kartoffeln weich sind, aber noch nicht zerfallen. Zwei Schalotten und eine Knoblauchzehe schälen und klein würfeln. Den Bacon ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Die Schalotten, den Knoblauch und den Bacon in einer Pfanne in 20 Gramm Butter kross braten. Die Linsen unter die Kartoffeln mischen, mit Salz und Pfeffer würzen und 50 Gramm kalte Butterwürfel unterrühren. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Zuletzt mit dem Dijonsenf, den Schnittlauchröllchen und dem kross gebratenem Speck verfeinern. Das Linsen-Kartoffelgemüse in tiefen Tellern anrichten, ein Mangoldwickel darauf legen und mit dem Schnittlauch bestreuen.

Johann Lafer am 12. November 2011