



Oliver Giemsa kocht das Gericht von Alex Schöpe

Auf der Haut gebratener Zander mit Safran-Risotto, Rosenkohlblättern und Speckchip

Zutaten für zwei Personen

Für den Zander:

2 Zanderfilets mit Haut à 180-200 g
 50 g Butter
 Salz, aus der Mühle

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 Küchenkrepp vor dem Servieren abtropfen.

Für die Rosenkohlblätter:

100 g Rosenkohl

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 ca. 2-3 Minuten in der restlichen Butter bei voller Hitze schwenken. Die Rosenkohlblätter sollten noch eine schöne grüne Farbe haben.

Für den Speckchip:

4 dünne Scheiben luftgetrockneter Speck

Speckscheiben zwischen zwei Backpapieren auf ein Backblech geben. Den Speck bei 200 Grad im Ofen knusprig backen.

Den Speck bei 200 Grad im Ofen knusprig backen.

Für den Risotto:

150 g Risottoreis
 1 Schalotte
 100 g Parmesan
 50 g Butter
 500 ml Gemüsefond
 100 ml trockener Weißwein
 1 Bund glatte Petersilie
 0,5 g Safranfäden
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fond erwärmen. Safran in einem kleinen Teil des warmen 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

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Laut WWF ist **Zander** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand Oktober 2025):

- 1. Wahl: Dänemark, Deutschland, Niederlande, Schweiz, Aquakultur: geschlossene Kreislaufanlage
- 1. Wahl: Peipsi-See (Estland und Russland), Wildfang: Stellnetze-Kiemennetze, Umschließungsnetze (Ringwaden), Reusen (Fallen)
- 1. Wahl: Binnengewässer: Schweiz, Wildfang: Handleinen-Angelleinen

