▪ Die Küchenschlacht – Menü am 30. Januar 2020 ▪
Hauptgang & Dessert mit Cornelia Poletto



Gerda Frauenlob

Gebratenes Zanderfilet mit steirischem Kürbisgemüse und Kartoffelwürfeln

Zutaten für zwei Personen

Für den Zander:
300 g Zanderfilet, mit Haut
1 Knoblauchzehe
1 Zweig Thymian
Butterschmalz, zum Braten
Salz, aus der Mühle

Das Zanderfilet waschen, trockentupfen und in vier Stücke schneiden. Salzen. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Knoblauchzehe abziehen und andrücken. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, Thymian und Knoblauch hinzugeben und die Filets auf der Hautseite bei mittlerer Hitze braten. Sobald der Fisch auf der Fleischseite warm wird, wenden und ebenfalls kurz braten.

Für das Kürbisgemüse:
250 g Hokkaidokürbis
½ grüne Paprika
1 Rispentomate
80 g Lauch
1 Knoblauchzehe
120 ml Sauerrahm
20 g Butter
100 ml Gemüsefond
1 cl Apfelessig
1 TL Tomatenmark
3 Zweige Dill
½ TL Mehl
¼ TL Kümmelsamen
1 TL edelsüßes Paprikapulver
½ TL Piment d'Espelette
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kürbis putzen, schälen und von Kernen befreien. Grob reiben, gut einsalzen und vermengen. Auf ein sauberes Geschirrhandtuch geben und beiseite stellen.

Lauch waschen, putzen und fein schneiden. Knoblauch abziehen und pressen. Eine Flocke Butter in einer Pfanne auslassen und Lauch darin anschwitzen. Knoblauch, Tomatenmark und Paprikapulver hinzugeben und verrühren. Mit Essig ablöschen und Gemüsefond zugießen. Paprika waschen, trockentupfen, halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Schälen und klein schneiden. Tomate kurz blanchieren, enthäuten und Strunk entfernen. Ebenfalls klein schneiden. Kürbisraspel gut ausdrücken und zusammen mit Paprika- und Tomatenwürfel in die Pfanne geben. Alles mit Salz, Pfeffer, Kümmelsamen und Piment d'Espelette würzen. Das Gemüse ca. 15 Minuten weich dünsten.

Mehl mit restlicher Butter vermengen und das Gemüse damit abbinden. Etwas von dem heißen Gemüse mit Sauerrahm vermengen, dann diese Mischung zum restlichen Gemüse in die Pfanne geben. Pfanne vom Herd nehmen und erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss Dill abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Unter das Kürbisgemüse heben.

Für die Karoffelwürfel:
2 festkochende Kartoffeln
½ TL getrockneter Majoran
Butterschmalz, zum Braten
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle

Kartoffeln waschen, schälen und in gleichmäßige Würfel schneiden. In Salzwasser ca. 5-10 Minuten blanchieren. Aus dem Wasser nehmen und abtropfen lassen. Schließlich Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelwürfel langsam goldbraun anbraten. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz, Majoran und Muskat würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.