▪ Die Küchenschlacht – Menü am 5. Mai 2021 ▪
Tagesmotto „Mamas Küche“ mit Johann Lafer



Maria Scholz

Gebratenes Zanderfilet mit Dillsauce, Winzerkraut und Salzkartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für den Zander:
200 g küchenfertiges Zanderfilet, mit Haut
2 Zitronen
150 g Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Butter in einer Pfanne schmelzen. Zander auf Gräten kontrollieren. Fisch auf der Fleischseite kurz in Butter anwärmen, dann auf die Hautseite drehen und scharf anbraten. Dabei immer wieder mit heißer Butter übergießen bis der Fisch durchgezogen, aber innen noch schön glasig ist. Fisch mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Fisch mit Zitrone abschmecken. Andere Zitrone als Garnitur verwenden.

PROFI TIPP

Um Zander bedenkenlos genießen zu können, sollte der Fisch laut Verbraucherzentrale Hamburg aus dem Fanggebiet **FAO 05 Europäische Binnengewässer stammen** und **MSC-zertifiziert** sein.

Für die Sauce:
1 Zitrone
80 g Butter
200 ml Fischfond
1 Bund Dill
2 EL Mehl
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Rosa Pfeffer
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einer Pfanne braun werden lassen. Mehl dazugeben und verrühren. Kräftig mit Salz abschmecken. Mit Fischfond ablöschen, verrühren und einkochen lassen. Dill abbrausen, trockenwedeln und hacken. Zitrone unter heißem Wasser abspülen, die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen. Sauce mit Dill, Zitronesaft, Zitronenabrieb, Zucker und Pfeffer abschmecken, weiter reduzieren lassen. Kurz vor dem Servieren ein kaltes Stück Butter einmontieren. Sauce je nach Geschmack mit rosa Pfeffer abschmecken.

Für das Kraut:
400 g Sauerkraut, aus der Dose
2 Scheiben Bacon
2 Schalotten
30 g Butter
50 g Crème double
75 g Sahne
500 ml Winzersekt
2 Zweige Estragon
1 Lorbeerblatt
2 Nelken
5 Wacholderbeeren
Speisestärke, zum Binden
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Estragon abbrausen und trockenwedeln. Schalotten abziehen, würfeln und in Butter glasig dünsten. Sauerkraut mit Estragon, Lorbeer, Nelken und Wacholderbeeren zu den Schalotten geben und kurz mit dünsten. Winzersekt angießen, aufkochen und zugedeckt 10 bis 15 Minuten schmoren lassen. Crème double und Sahne einrühren und weitere 5 bis 10 Minuten sämig einkochen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Ggf. mit Stärke abbinden.

Bacon in einer Pfanne ohne Öl kross braten und über dem Kraut zerbröseln.

Für die Salzkartoffeln:
300 g Heiderot-Kartoffeln
(alternativ Sorte Violetta)
2-3 Zweige glatte Petersilie
Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, in gleich große, mundgerechte Stücke schneiden und in Salzwasser kochen. Anschließend abgießen und ausdämpfen lassen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Kartoffeln mit Petersilie bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.