

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 17. Januar 2022 ▪
Leibgericht mit Cornelia Poletto



Sonja Dale

Gebratener Zander mit Weißweinschaum, Speckbrösel, gefüllten Wirsingröllchen und Süßkartoffelpüree

Zutaten für zwei Personen

Für das Süßkartoffelpüree:

1 Süßkartoffel
100 ml Milch
1 EL Butter
1 Zweig Thymian
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Süßkartoffel schälen und grob würfeln. In einem Topf mit kochendem Salzwasser 10 Minuten kochen und in einem Sieb abgießen.

Butter im Topf schmelzen. Thymianzweig dazugeben, kurz erhitzen und Milch dazugeben. Thymianzweig wieder herausnehmen.

Süßkartoffelwürfel danach hinzufügen und pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Für die gefüllten Wirsingröllchen:

3 große Wirsingblätter
1 Karotte
125 g Champignons
150 g Speckwürfel
1 Zwiebel
2 EL mittelscharfer Senf
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Wirsingblätter halbieren und den Strunk abschneiden. In einem Topf mit kochendem Salzwasser blanchieren, abseihen und kalt abspülen.

Karotte schälen und Champignons putzen. Beides im Multizerkleinerer mixen.

Zwiebel abziehen und würfeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin anschwitzen. Karotten-Champignon-Mischung dazugeben. Gemüsemasse kurz anrösten, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Wirsingblätter dünn mit Senf bestreichen. Je 1 EL der Gemüsemasse auf die Blätter geben, Wirsing zu einem Päckchen zusammenrollen und mit einem Zahnstocher fixieren. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Speckwürfel dazugeben und durchschwenken. Die gefüllten Wirsingröllchen von beiden Seiten kurz anbraten.

Für den Zander:

2 Zanderfilets mit Haut, à 160 g
2 Knoblauchzehen
3 Zweige Thymian
1 TL Weizenmehl
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zanderfilets waschen und trockentupfen. Salzen und die Hautseite mit Mehl bestäuben. Öl in einer Pfanne erhitzen. Ganze abgezogene Knoblauchzehen und Thymianzweige dazugeben. Zanderfilet auf der Hautseite kross anbraten, dann wenden und kurz glasig garziehen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Laut WWF ist **Zander** aus folgenden Gebieten zu empfehlen:

1. Wahl: Dänemark, Deutschland, Niederlande (Aquakultur: geschlossene Kreislaufanlage) oder Peipsi See (Estland/Russland) (Wildfang: Stellnetze-Kiemennetze) oder Binnengewässer: Schweiz (Wildfang: Handleinen-Angelleinen).

Für den Weißweinschaum:

- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zitrone
- 120 ml Sahne
- 40 ml trockener Weißwein
- 2 Zweige Thymian
- 2 EL Olivenöl
- Zucker, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und würfeln. Knoblauchzehe abziehen und mit einem Messer andrücken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Schalotte und Knoblauch anschwitzen, mit Weißwein ablöschen. Thymianzweige und 80 ml Sahne dazugeben und bei mittlerer Hitze sämig einkochen lassen. Danach durch ein Sieb in einen kleinen Topf abgießen. Mit etwas Zitronenabrieb, 1 EL ausgepresstem Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Restliche Sahne steif schlagen und kurz vor dem Servieren vorsichtig unterrühren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.