

Gasthof Kreuz Traustanz

Zander in der Kartoffelkruste mit Kresseschaum

Zutaten für 4 Personen

800 gr. Zanderfilet
Salz Pfeffer Zitronensaft
Mehl zum melieren

800 gr. Pellkartoffeln
40 gr. Kartoffelstärke
(oder Maizena)
4 Eier
Event. frische Kräuter
(Petersil, Schnittlauch, ect.)

Öl und Butter zum braten

0,1 lit. Fischfond (kann durch
Gemüsefond oder Suppe ersetzt
werden)
0,1 lit. Weißwein
0,2 lit. Sahne
200 gr. Kresse

Zubereitung

Zanderfilets je nach Größe halbieren oder dritteln
auf beiden Seiten mit Zitronensaft beträufeln, salzen und
pfeffern und durchs Mehl ziehen. Mit der Innenseite des Filets
nach oben nebeneinander auf ein Blech legen.

Die geschälten Pellkartoffeln (am besten schon am Vortag
gekocht, dadurch lassen sie sich besser verarbeiten) mit
Röstihobel reiben, Kartoffelstärke und Eier dazugeben, mit
Salz, Pfeffer und Kräutern würzen.

Innenseite des Zanderfilets mit Kartoffelmasse bedecken,
Pfanne mit Öl und Butter erhitzen, Filets mit der
Kartoffelseite zuerst einlegen goldgelb anbraten, vorsichtig
wenden, Hautseite nur kurz knusprig braten und anschließend
im Rohr bei ca. 120° ca. 5 min. durchziehen lassen

Fischfond, Weißwein zum kochen bringen, kurz einreduzieren
lassen, mit Sahne aufgießen nochmals kurz aufkochen lassen,
einen Teil der Kresse dazugeben und mit Mixstab gut
durchmischen.

Kresseschaum auf heißem Teller anrichten, die Fischfilets
darauf anrichten. Mit restlicher Kresse bestreuen.

Als Gemüsebeilage empfehle ich Ihnen:

Blattspinat, Ratatouillegemüse, Zucchini Gemüse,
Paprikaragout oder auch Kopfsalat oder
bunte Blattsalate.

Anstelle von Zander können Sie auch andere Fischfilets wie
zum Beispiel Forellenfilets, Saiblingsfilets, Felchenfilets,
Wolfsbarsch usw. verwenden.