



„Hotel „Roß“ Restaurant & Weinhandlung *Fischspezialitäten*

Zanderfilet mit Spargel

Zutaten für 4 Personen:

4 Zanderfilets (à 120 g), ohne Haut und Gräten, 100 ml Sahne, 1 Eiweiß, 1 Bd. Spargel, 1 Pck. Spinat, sowie die doppelte Menge junge Brennesselblätter, (im guten Lebensmittelgeschäft kaufen oder selbst pflücken), Weißwein, 1 Knoblauchzehe, Olivenöl zum Braten, Salz, Pfeffer.

Zubereitung: Eines der Zanderfilets in der Moulinette bzw. im kleinen Küchenmixer mit dem Eiweiß und der Sahne, Salz und Pfeffer zu einer Farce pürieren. Diese Farce auf die vier übrigen, gewürzten Zanderfilets verteilen und glatt streichen. Danach Spargel schälen und in Stücke schneiden: Die Stücke sollten so lang sein, wie die Zanderfilets groß sind. Die rohen Spargelstücke nun auf die Farce drücken und den Zander auf der Spargelseite in einer Pfanne mit Olivenöl bei nicht zu starker Hitze langsam ca. 8 Minuten leicht braun braten. Anschließend den Fisch mitsamt der Pfanne für 5 Minuten in die Backröhre (150°C) stellen und fertig garen. In der Zwischenzeit den Spinat putzen, gründlich waschen und abtropfen lassen. Die ebenfalls gewaschenen Brennesselblätter ganz kurz in kochendem Wasser blanchieren und eiskalt abschrecken. Den Spinat mit den Brennesseln und etwas Knoblauch, Salz und Pfeffer kurz dünsten, anschließend einen kleinen Schuß Weißwein hinzugeben. Nun den Brennesselspinat ohne Fond in großen tiefen Tellern anrichten, den Zander mit der Spargelseite nach oben darauf setzen. Brennesselfond kurz einkochen lassen, ggf. etwas abbinden, nachschmecken und den Fisch damit überziehen.

Zander mit Basilikumkruste auf Blattspinat

Zutaten für 6 Personen:

2 Knoblauchzehen, 70 g Butter, 20 g Butter, 30 g Butter, 50 g Semmelbrösel, 1/2 bn Basilikum, 800 g Blattspinat, Salz, 1 Zander (1,3 kg), ausgenommen u. geschuppt, 2 tb Zitronensaft, Muskatnuss; gerieben Pfeffer a.d. Mühle.

Zubereitung: Für die Kruste Knoblauch pellen und fein hacken. Butter 1 in einer Pfanne aufschäumen lassen, Knoblauch und Semmelbrösel hineingeben und gut vermischen. In einer Schüssel abkühlen lassen. Die Basilikumblätter von den Stielen zupfen und grob zerschneiden, mit den Bröseln mischen. Den Spinat putzen, waschen, tropfnass in einen Topf geben und salzen. Zugedeckt bei milder Hitze in 5-10 Minuten zusammenfallen lassen, dabei gelegentlich umrühren. In ein Sieb geben und beiseite stellen. Die Haut des Zanders kreuzförmig einschneiden. Den Fisch innen und außen mit Salz und Pfeffer würzen. Die Butter 2 in einem Topf erhitzen. 3-4 Lagen Alufolie auf die Saftpfanne des Backofens legen. Den Zander mit der Bauchseite nach unten darauf setzen. Die Folienränder zum Fisch hin zusammenkniffen, damit er nicht umkippt. Den Zander mit der heißen Butter bestreichen und im vorgeheizten Backofen auf der 2. Einschubleiste von unten bei 180 Grad (Gas 2-3, Umluft 25-30 Min. bei 160 Grad) 30-35 Min. garen. Nach 15 Min. die Saftpfanne aus dem Backofen nehmen. Die Brösel vorsichtig an beiden Seiten vom Fisch festdrücken, den Zander wieder in den Ofen schieben. Restliche Butter in einem Topf erhitzen, ausgedrückten Spinat darin wenden. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft abschmecken. Auf einer Platte verteilen. Zander auf dem Spinat anrichten. Mit Pinienkern-Risotto servieren.