

Zander gebraten mit roter Butter, Fenchel und Kräutersalat

Kategorie: Fisch/Meeresfrüchte
Rezept Nr.: 532
Portionen: 4

Zutaten	Mengen	Bemerkungen	Links
Zanderfilet	750 Gramm		
Fenchelknollen	5 Stück		
Sahne	0,5 Liter		
Pastis	2 cl		
Rotwein	1 Liter		
Butter	125 Gramm	möglichst kalt	
Estragon	0,25 Bund		
Petersilie	0,13 Bund		
Koriander	0,25 Bund		
Schalotten	8 Stück		
Fenchelsamen	0		
Olivenöl	0		
Salz, Pfeffer	0		

Zubereitung

1. Den Rotwein langsam mit den feingeschnittenen Schalotten einkochen, bis er eine sirupartige Konsistenz hat. Abschmecken, wenn der Sirup zu sauer ist, etwas Portwein (zur Not Zucker) zugeben und wieder etwas reduzieren. Warm stellen.
2. 4 Fenchelknollen putzen, in Stücke schneiden und in einem Topf Farbe annehmen lassen. Mit dem Pastis ablöschen. Einige Fenchelsamen und die Sahne zugeben, leicht salzen. Weich dünsten und ohne die Kochflüssigkeit pürieren. Abschmecken.
3. Die letzte Fenchelknolle vierteln, in einer Kasserole in Olivenöl anlaufen lassen und ca. 10 Minuten unter wiederholtem Umrühren dünsten. Salzen und mit Pfeffer aus der Mühle würzen.
4. Das Filet in 4 Stücke schneiden und auf der Hautseite in etwas Olivenöl anbraten. Evtl. vorher die Hautseite leicht mehlieren. Salzen und pfeffern. Der Fisch sollte nicht ganz durchgebraten werden. Jetzt im auf 150° vorgeheizten Ofen fertigbaren während man die rote Buttersauce fertigmacht. Dabei auch die Teller vorwärmen.
5. Die gezupften Kräuter ganz leicht mit etwas Olivenöl, Pfeffer, Salz evtl. einem Spritzer Zitrone (oder einigen Tropfen Essig) würzen.
6. Die kalte Butter in kleine Stücke schneiden und mit dem Schneebesen in den heißen Rotweinsirup einarbeiten. Dabei sollte der Topf nicht mehr auf der heißen Herdplatte stehen. Abschmecken.

Anrichten: Das Fenchelpüree auf die heißen Teller geben, mit der Rotweinbutter einen Spiegel angießen und darauf das gebratene Zanderfilet mit der Hautseite nach oben und ein Fenchelviertel setzen. Zum Schluss etwas Kräutersalat auf dem Zander anrichten. Mit etwas Fleur de Sel abrunden.

Die kräftigen Aromen vertragen einen kräftigen Weißwein: Saint-Joseph blanc; Fiano; Greco; Ch9. Aber auch ein fruchtiger, aromatischer Rotwein passt: Crozes-Hermitages, Blaufränkisch, Mondeuse.



Notizen
