

▪ **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.



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, Zitronensaft, 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: Kartoffeln schälen, in gleich große, mundgerechte Stücke schneiden und in Salzwasser kochen. Anschließend abgießen und ausdämpfen lassen.
300 g Heiderot-Kartoffeln (alternativ Sorte Violetta) Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Kartoffeln mit Petersilie bestreuen.
2-3 Zweige glatte Petersilie
Salz, aus der Mühle Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.