

Zander mit Safran-Estragon-Fumet



Zutaten für 2-3 Personen:

300 g Zanderfilet
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Mehl zum Bestäuben

1/2 EL Olivenöl
1 kleine Ecke Butter

Safran-Estragon-Fumet:

400 ml Fischfond
1 Döschen Safranpulver
50 g kalte Butterwürfel
150 ml Riesling
20 ml Pernod
1 EL fein geschnittener Estragon

1. Zanderfilet waschen, trocknen, sorgfältig entgräten. Salzen, pfeffern und mit etwas Mehl bestäuben.

2. Zanderfilet in einem Gemisch aus Olivenöl und Butter auf beiden Seiten auf eher milder Hitze braten. Der Zander ist fertig, wenn er keine glasigen Stellen mehr hat. Am Schluss eher ziehen lassen als braten. (Wenn das Filet noch mit Haut sein sollte: Mit dem Braten auf der Hautseite beginnen und die Haut kross braten.)

Hinweise:

Rezeptanregung und Foto am 26.01.2022 im Restaurant Seehof am Ammersee. Beilagen waren gebratene Grenaille-Kartoffeln, Zucchinispalten, Broccoli-röschen, Fenchelstreifen und Spalten von roten Zwiebeln. Deko mit Petersilie, Zitronenachtel, Kresse.

Schlagworte:

schwer, Zubereitung ca. 30 min, Hauptspeisen, Fisch, Zander, französisch