

Andreas Schweiger
Zander auf Sauerkraut mit Senfschaum
und Kartoffelpüree

Freitag, 22. Februar 2019
Für 4 Personen

Dauer: 1 Stunde
Schwierigkeitsgrad: Leicht
Feine Küche, Heimatküche

Zutaten:

Für den Senfschaum:

100 g Schalotten
10 Champignons
25 g Butter
200 ml trockener Riesling
100 ml trockener Wermut
100 ml Fischfond (aus dem Glas)
150 g Crème fraîche
3 Stiele Estragon
1 EL körniger Senf

Für das Sauerkraut:

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
50 g durchwachsener Räucherspeck
50 g Butter oder Schweineschmalz
250 g Sauerkraut
200 ml trockener Riesling
etwas Meersalz
1 Lorbeerblatt
2 Gewürznelken
3 Wacholderbeeren
etwas Apfelsaft
½ Kartoffel, mehligkochend
1 Apfel

Für das Kartoffelpüree:

800 g Kartoffeln mehligkochend
etwas Salz
350 ml Milch
2 EL Butter
etwas Muskat

Für den Zander:

600 g Zanderfilets (mit Haut)
etwas Meersalz
etwas Mehl (nach Belieben)
4 EL Olivenöl
1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian
50 g Butter

Zubereitung:

1. Für den Senfschaum die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Die Champignons putzen, trocken abreiben und in Scheiben schneiden.
2. Die Butter in einem Topf erhitzen. Schalotten und Champignons darin andünsten. Riesling und Wermut dazu gießen und die Flüssigkeit auf etwa ein Fünftel einköcheln lassen.
3. Den Fond durch ein Sieb in einen Topf passieren und mit dem Fischfond und der Crème fraîche aufkochen. Den Estragon waschen und trocken tupfen, dazugeben und bei schwacher Hitze 20 Minuten ziehen (nicht köcheln) lassen.
4. Für das Sauerkraut die Zwiebel und den Knoblauch schälen, in feine Würfel schneiden. Den Speck in kleine Würfel schneiden. Den Speck in einer Pfanne in der Butter mit Zwiebel und Knoblauch andünsten.
5. Das Sauerkraut in einem Sieb abbrausen, abtropfen lassen und kurz mit der Speck-Zwiebel-Mischung dünsten. Den Riesling, etwas Salz, Lorbeerblatt, Gewürznelken und Wacholderbeeren hinzufügen. Das Sauerkraut zugedeckt etwa 30 Minuten köcheln lassen, dabei, falls nötig, etwas Apfelsaft dazugeben.
6. Die Kartoffel schälen und fein reiben, zum Sauerkraut geben und etwa 3 Minuten mitköcheln lassen.
7. Den Apfel schälen und ebenfalls fein reiben, zum Sauerkraut geben und aufkochen. Das Sauerkraut mit Meersalz abschmecken.
8. Für das Püree die Kartoffeln schälen, waschen und abtropfen lassen. Kartoffeln mit Salzwasser bedeckt in einen Topf geben, zugedeckt aufkochen und 15–20 Minuten gar kochen.
9. Milch und Butter erhitzen. Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und heiß durch eine Kartoffelpresse drücken. Die Milch erwärmen, zu den Kartoffeln geben und alles zu einem cremigen Püree verrühren. Mit Salz und Muskat abschmecken.
10. Für den Zander die Zanderfilets waschen und trocken tupfen, in 4 Stücke schneiden und mit Meersalz würzen. Nach Belieben die Haut mit Mehl bestäuben.
11. Die Filets in einer Pfanne mit dem Olivenöl bei mittlerer Hitze auf der Hautseite etwa 4 Minuten braten. Die Temperatur erhöhen, die Filets wenden und weitere 2 Minuten braten. Die Filets herausnehmen und das Öl aus der Pfanne gießen.
12. Die Filets in der Pfanne ohne Fett erneut auf der Hautseite 2 Minuten braten.
13. Die Kräuter waschen, trocken tupfen und mit der Butter in die Pfanne geben. Die Filets wenden und 2 bis 5 Minuten glasig braten, dabei immer wieder etwas Bratbutter darüber gießen.
14. Die Rieslingsauce mit dem Senf verrühren, aufkochen und vom Herd ziehen. Die Senfsauce mit dem Stabmixer schaumig aufschlagen.
15. Das Sauerkraut auf Teller verteilen, den Zander darauf anrichten. Den Senfschaum darüber träufeln. Kartoffelpüree dazu servieren.

Pro Portion: 1045 kcal / 4390 kJ
48 g Kohlenhydrate; 40 g Eiweiß; 77 g Fett