

Zander unter der Kartoffelkruste (4 Portionen)

K 515

Zutaten:

1 Eimer HENGLEIN Reibekuchenteig Rheinische Art (= 1000 g)
4 Zanderfilets (à ca. 120 g)

Salz
2 TL Zitronensaft
2 EL Pflanzenöl

Für die Sauce:

1 Glas Fischfond (= 400 ml)
50 g Mascarpone
1 1/2 TL Senf
1 TL Sahne-Meerrettich
2 cl Weißwein
frisch gemahlener Pfeffer
Zucker
etwas gehackter Majoran

Zubereitung:

Zanderfilets waschen, trocken tupfen, mit Salz würzen und mit 1 TL Zitronensaft beträufeln. Zander mit dem Reibekuchenteig ummanteln und in erhitztem Öl ca. 10-15 Minuten goldbraun braten, evtl. aus dem restlichen Teig kleine Reibekuchen braten. Für die Sauce Fischfond erhitzen, mit Mascarpone, Senf, Meerrettich und Weißwein verfeinern und alles etwas einkochen lassen. Sauce mit Salz, Pfeffer, etwas Zucker, restlichem Zitronensaft und Majoran abschmecken, evtl. mit hellem Saucenbinder andicken und zu den Zanderfilets servieren. Dazu schmeckt ein bunter Salat mit Kräutervinaigrette.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Pro Portion

kJ/kcal: 1725/412
EW: 28,2 g
F: 14 g
KH: 43 g
BE: 3,5

