



Zander kross gebacken auf Röstis

Zutaten:

400g Zanderfilet
Kartoffeln
schwarze Oliven
Kresse
Zitronen
Sauerrahm
Mehl
Olivenöl
Tomaten
Kräuter
Chilli



Zubereitung:

Waschen Sie die Kartoffeln, bei Bedarf schälen und in eine Schüssel reiben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Erhitzen Sie Öl in einer Pfanne und backen Sie aus den geriebenen Kartoffeln kleine Küchlein, die Röstis aus.

Schneiden Sie die Zanderfilet in gleich große Stücke und ritzen Sie die Haut ein, damit die Filets beim Ausbraten ihre Form behalten. Wie immer salzen und pfeffern. Braten Sie die Stücke zusammen mit den Röstis in der Pfanne auf der Hautseite an. Drehen Sie die Filets nicht! Nur einmal kurz vor dem Servieren für ca. 20 Sekunden auf der anderen Seite anbraten.

Geben Sie ein bis zwei Knoblauchzehen mit in die Pfanne, je nach Geschmack. Geben Sie etwas Zitronensaft drüber.

Für den Sauerrahm: Geben Sie den Sauerrahm in eine Schüssel. Mischen Sie die Kresse unter. Würzen Sie mit Salz und Pfeffer. Braten Sie die Oliven und die Tomaten kurz mit ein wenig Zwiebeln in der Pfanne an.

Zum servieren: Legen Sie einen Rösti zusammen mit einem Stück Zander auf einen Teller. Geben Sie einen Klecks Sauerrahm auf den Rösti und ein etwas von der Tomaten-Oliven-Mischung auf den Zander. Wenn Sie möchten garnieren Sie mit etwas Basilikum. Wer mag, kann auch noch die Knoblauchzehen mit auf den Teller geben.

Guten Appetit!



FRANKEN
FERNSEHEN