Notizen:

Zanderfilet und Seesaibling

Die Fischfilet leicht mit Zitronensaft einreiben und mit allen grob gehackten Kräutern (Estragon, Basilikum, Petersilie) bedecken und einziehen lassen (ca. 1 Std.). Auf die Sauce sollte ein besonderes Augenmerk gelegt werden, sie wird über (fast) alles entscheiden. Etwas von den gehackten Kräutern zur Seite legen und auch kleinere Streifen der Möhren zurücklegen.

Zwiebel in Butter andünsten, später Knobi hinzugeben. Danach den Fischfond hinzugeben und die in kleinere Stücke geschnittene Möhre, (ggf. auch Sellerie) mit köcheln lassen. Von den vorher gekochten Kartoffeln drei kleinere zur Seite legen. Das alles pürieren, einschließlich der Kartoffeln und mit Crème fraiche abschmecken. Es sollte eine sämige Sauce geben, die wahlweise mit Zitrone und/oder wer mag, mit etwas Orangensaft abgeschmeckt wird.
Die Fischfilet in Butter anbraten, wer mag, kann sie vorher in einer Fischpanat leicht wälzen. Dazu passen gut kleine, neue Kartoffel.
Mit dem Rest der Kräuter und den in kleinen Streifen geschnittenen Möhren, wird der Teller ansprechend dekoriert.

Tipp:

Ein kühler, leichter Weißwein schmeckt mir immer wieder gut dazu!
Dazu paßt gut ein französisches, spanisches oder italienisches Landbrot.

Zutaten:

ca. 400 g Zanderfilet
und 400 g
Seesaibling,
Estragon, Basilikum,
Petersilie,
1 kl. Zwiebel,
1 Knobizehe,
1 kl. Möhre,
200 ml Fischfond,
neue, kleine
Kartoffel,
Salz, Pfeffer,
Muskat,
Crème fraiche,
Spritzer Zitrone
und/oder
Orangensaft