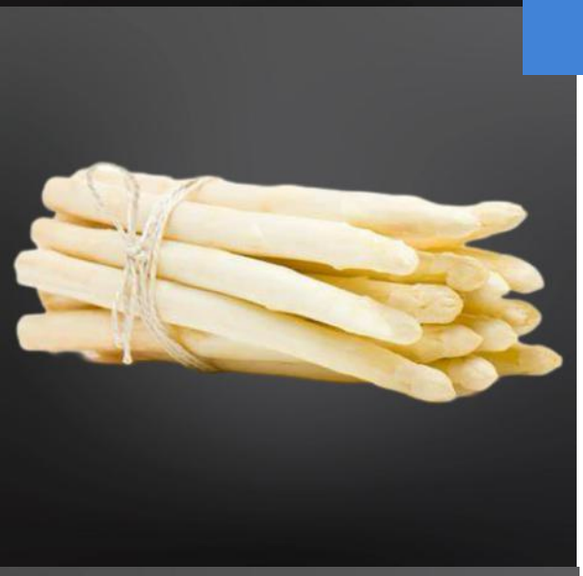

brunner.fish

gebratenes Zanderfilet mit Spargel

Rezept

50 g Butter in einem Topf etwas bräunen, vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Minze abspülen, trocken tupfen und fein hacken. Limette heiss abspülen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen.

Für die Sauce Butter, Minze, 1/2 TL Limettenschale und die Crème fraîche mit dem sauren Halbrahm verrühren und salzen.

Den Spargel schälen und die Enden knapp abschneiden. Spargelstangen in einen grossen Topf legen und so viel Wasser dazugiessen, dass der Spargel etwa 2 cm hoch im Wasser liegt. Salzen und aufkochen lassen. Mit Deckel bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten kochen lassen.

Die Zanderfilets abspülen, trocken tupfen und in kleinere Stücke schneiden.

Den Limettensaft darüber träufeln und den Fisch salzen.

Restliche Butter und 1 EL Olivenöl in einer Pfanne zusammen erhitzen.

Die Fischstücke darin rundherum etwa 3–5 Minuten goldbraun braten.

Den Spargel aus dem Wasser heben und auf eine vorgewärmte Platte legen.

Die Sauce darüber giessen und die Fischstücke darauf anrichten.

Eventuell etwas Olivenöl darüberträufeln. Mit Pfeffer bestreuen und mit Minze dekorieren.

Weinempfehlung

Petite Arvine, Grands Vins de Maraudeur, Valais, Schweiz

Zutaten (für 4 Personen)

- 600 g Zanderfilets
- 60 g Butter
- 4 Stängel Minze
- 1 Limette
- 50 g Crème fraîche
- 50 g saurer Halbrahm
- Salz
- 1500 g Spargel
- 2EL Olivenöl
- Pfeffer (frisch gemahlen)
- Minze (für die Deko)

BRUNNER & BRUNNER GmbH
Witzbergstrasse 7
8330 Pfäffikon ZH

T 044 952 50 00

order@brunner.fish