

Leckeres Zanderfilet auf „Winterspargel“ Bett

Zubereitungszeit: **20 min** Portionen: **4**

Zutaten

800 g Zanderfilet mit Haut (geschuppt)

1 KG frische Schwarzwurzeln

400 ml frische Sahne

200 ml trockener Weißwein

200 ml leichte Gemüsebrühe

Lorbeerblätter, Thymian, Rosmarin, Knoblauch

50 g Butter

2 Zitronen

Mehlbutter

Salz, Pfeffer, Olivenöl

Wein

Weingut mkquadrat in Kallstadt

www.mkquadrat.com

2019er Muskateller trocken



Zubereitung

1. Die Gräten ziehen und die Filets abwaschen und trocken tupfen. Beide Seiten etwas würzen nach Geschmack.
2. Die Butter erhitzen (Vorsicht, nicht zu stark damit sie nicht verbrennt). Die Zanderfilets auf der Hautseite anbraten und den Fisch bei kleiner Hitze garziehen lassen. In der letzten Minute umdrehen auf die Fleischseite.
3. Schwarzwurzeln sauber abschaben, in 4cm lange Stücke schneiden und sofort in kaltes Zitronenwasser legen. Anschließend die Stücke waschen und abtropfen lassen,
4. In einem Kochtopf lässt man 50 gr Butter heiß werden, gibt die Schwarzwurzeln hinein, salzt sie und lässt sie mit etwas Gemüsebrühe weichdünsten
5. Von 30 gr Butter und 50 gr Mehl eine Mehlschwitze herstellen, diese mit der Schwarzwurzelbrühe zu einer sämigen Soße verrühren.
6. Mit Salz abschmecken
7. Guten Appetit