

Rezept: Zanderfilet mit Fenchel und Vanillepüree

Zutaten für 2 Personen:

2 Zanderfilets
1 Zitrone
1/4 kg Erdäpfel
1/2 Vanilleschote
2 EL Butter
0,1 l Milch
2 kleine Fenchelknollen
1 EL Butter
Prosecco zum Aufgießen
0,1 l Schlagobers
eine Handvoll Mandelblättchen



Zubereitung:

Das Vanillemark aus der Vanilleschote auskratzen.

Die Erdäpfel schälen und in Stücke schneiden. Mit der halben ausgekratzten Vanilleschote in Salzwasser weich kochen.

Den Fenchel längs in Scheiben schneiden.

Die Fischfilets in Stücke schneiden und mit Zitronensaft beträufeln.

Die weich gekochten Erdäpfel mit dem Erdäpfelstampfer zerdrücken, mit Butter und erwärmter Milch zu einem sämigen Püree verarbeiten. Das ausgekratzte Vanillemark unterrühren.

Den Fenchel in etwas Butter braun anbraten mit einem Schuss Prosecco ablöschen Schlagobers dazugießen und kurz einkochen lassen. In der Zwischenzeit die Mandelblättchen trocken in einer Pfanne anrösten, bis sie braun sind.

Die Fischfilets beidseitig ein bis zwei Minuten pro Seite anbraten, salzen und pfeffern.

Die Filets mit Püree und Fenchelgemüse anrichten, mit den Mandelblättchen bestreuen.

Guten Appetit!