Rezept

Zander im Pancettamantel

Ein Rezept von Zander im Pancettamantel, am 13.06.2025

Zutaten

400 g	Zanderfilet
	Pfeffer
2 - 3 Zweige	möglichst zarter Rosmarin
	Chilifäden zum Garnieren (nach Belieben)
4	Spieße (Holzspieße vorher wässern!)
4 EL	Zitronensaft
	Salz
ca. 12 Scheibe	Pancetta oder Räucherspeck
	Öl zum Bepinseln

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 560 kcal

Zubereitung

1. Das Zanderfilet kalt abspülen, trocken tupfen und mit den Fingerspitzen auf Gräten untersuchen. Ertastete Gräten mit einer Pinzette aus dem Fisch filet ziehen. Fischfilet in 2 - 3 cm breite Stücke, diese in Würfel schneiden, dünne Filetstücke dafür übereinanderlegen. Alle Stücke mit Zitronensaft beträufeln, kräftig pfeffern und leicht salzen.

2. Rosmarin waschen und trocken schütteln. Zarte Zweige in ca. 12 kleine Büschel teilen. Von härteren Rosmarinzweigen die Nadeln abstreifen.

3. Von den Pancetta- oder Speckscheiben Schwarte und Knorpel entfernen. Die Zanderwürfel mit Rosmarin belegen, mit dem Speck umwickeln und locker auf die Spieße stecken.

4. Den Grill vorheizen. Den Rost mit Öl einreiben. Die Spieße mit Öl bepinseln und bei mittlerer Hitze 4 - 6 Min. grillen, dabei einmal wenden. Die Spieße mit Chilifäden bestreut servieren.