

Rezept

Zander mit Kartoffelkruste

Ein Rezept von Zander mit Kartoffelkruste, am 03.06.2025

Zutaten

5 mittelgroße Champignons	1 Bund Petersilie
3 Knoblauchzehen	1 EL Aceto balsamico
1 TL Honig	Salz
Pfeffer	5 EL Olivenöl
2 Zanderfilets mit Haut (à 200 g)	4 TL Zitronensaft
150 g Kartoffeln	1/2 Zwiebel
1 Prise Pul biber (türkische Plättchenpaprika)	1 TL Thymian
100 g Feldsalat	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 415 kcal

Zubereitung

1. Die Champignons trocken abreiben, in dünne Scheiben schneiden. Petersilie waschen, trockenschütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Knoblauch schälen, fein hacken. Essig, Honig, Salz und Pfeffer verrühren, 3 EL Öl unterschlagen. Champignons, Petersilie und Knoblauch unterrühren. Zugedeckt beiseite stellen.
2. Die Filets waschen, trockentupfen, mit Zitronensaft beträufeln und salzen. Die Kartoffeln schälen, waschen und grob reiben. Zwiebel schälen, fein hacken, unter die Kartoffeln mischen. Mit Pul biber, Thymian, 1/2 TL Salz und 1 Prise Pfeffer würzen.
3. 2 EL Öl erhitzen. Die Kartoffelmasse dick auf der hautfreien Seite der Filets verstreichen, gut andrücken. Die Filets auf der Hautseite kräftig anbraten. Dann vorsichtig wenden und etwa 5 Min. braten, bis die Kartoffelkruste braun und knusprig ist. In der geschlossenen Pfanne bei schwacher Hitze in 3 Min. gar ziehen lassen. Den Feldsalat waschen, trockenschleudern, auf zwei Tellern anrichten. Die marinierten Champignons und den Fisch darauf anrichten und servieren.