

Rezept

Zander mit Schmorgurken

Ein Rezept von Zander mit Schmorgurken, am 10.06.2023

Zutaten

1 kg feste Schmorgurken (Freilandgurken)	Salz
Pfeffer	1 EL Zucker
2 EL Weinessig	1 Zwiebel
40 g Räucherspeck	50 g Butter
1/4 l Gemüsebrühe (Instant)	600 g Zanderfilets
3 EL Zitronensaft	2 Bund Dill
150 g saure Sahne	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 430 kcal

Zubereitung

1. Die Schmorgurken schälen, längs halbieren, Kerne herauskratzen und in 1 cm dicke Stücke schneiden. Mit 1/2 TL Salz, Pfeffer, Zucker und Essig in einer Schüssel mischen. 30 Min. durchziehen lassen.

2. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Den Speck klein würfeln. 1 EL Butter in einem Topf erhitzen, zuerst den Speck, dann die Zwiebel darin anbraten. Die Gurken durch ein Sieb abgießen, hinzufügen und 5 Min. mitdünsten. Die Brühe angießen und die Gurken 20 Min. schmoren lassen.

3. Inzwischen die Fischfilets abwaschen, mit Küchenpapier abtrocknen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Zitronensaft beträufeln.

4. In einer großen Pfanne die restliche Butter erhitzen, die Fischfilets auf jeder Seite 2 Min. braten. Den Dill waschen, trockenschütteln und fein hacken. Ein Drittel davon über den Fisch streuen.

5. Wenn die Schmorgurken gar sind, den restlichen gehackten Dill und die saure Sahne unterrühren und zum Fisch servieren.