

Kochen

Martin Gehrlein

Dienstag, 03.12.2019

**Gebratener Zander mit
Vanille-Rote Bete und Orangen**

Für 4 Personen

Zutaten

2 Knollen Rote Bete, ca. 400 g
 1 Vanilleschote
 200 ml Johannisbeersaft, schwarz
 Saft von 0,5 Zitrone
 etwas Salz
 etwas Pfeffer
 1 Schalotte
 140 g Butter
 200 ml Portwein, rot
 2 Bio-Orangen
 400 g Zanderfilets, mit Haut
 2 EL Mehl
 3 EL Butterschmalz
 2 Bio-Orangen
 1 Beet Kresse, z.B. Shiso, Gartenkresse



Zubereitung

1. Rote Bete gründlich abbrausen, nicht schälen.
2. Vanilleschote längs halbieren und das Mark herausschaben.
3. Rote Bete und Vanilleschote in leicht gesalzenem Wasser ca. 20 Minuten weich garen.
4. Rote Bete herausnehmen, abtropfen lassen, abkühlen und schälen.
5. Rote Bete halbieren. Mit Johannisbeersaft, Zitronensaft, Vanillemark, Salz und Pfeffer in einen Gefrierbeutel geben und ca. 1 Stunde marinieren.
6. Anschließend Rote Bete aus der Marinade heben und abtropfen lassen.
7. Die Schalotte abziehen und fein würfeln.
8. In einem Topf 20 g Butter erhitzen. Schalotten darin andünsten.
9. Portwein und Rote-Bete-Marinade (ohne Vanilleschote) zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 5-6 Minuten fast vollständig einköcheln lassen.
10. Portweinreduktion vom Herd ziehen und etwas abkühlen lassen.
11. Die Orangen heiß abbrausen und trockenreiben.
12. Die Haut von einer Orange dünn abreiben.
13. Orangen dick schälen, sodass die weiße Haut entfernt wird.
14. Orangenfilets zwischen den Trennhäuten herauslösen. Den Saft dabei auffangen.

15. Zanderfilets abbrausen, trocken tupfen und ggf. in kleinere Portionen teilen.
16. Die Filets mit Salz und Pfeffer würzen und die Hautseite leicht mehlieren.
17. Die übrige Butter und Orangenabrieb unter die Portweinreduktion rühren und abschmecken.
18. Rote Bete in Spalten schneiden.
19. Butterschmalz portionsweise erhitzen. Zanderfilets auf der Hautseite ca. 2 Minuten knusprig braten, wenden und weitere ca. 2 Minuten braten.
20. Rote Bete und Orangenfilets mit dem Zander auf Tellern anrichten. Die Portweinbutter darüber träufeln. Mit Kresse garnieren und servieren.