

Frisch gekocht
Freitag, 11. März 2016



Rezept von Andreas Wojta

Gebratener Zander auf Speckparadeiser und Majorangrießnudeln



40 Minuten (ohne Kühlzeit)/aufwendig

Zutaten für 4 Personen

500 g Zanderfilet, 1 Zweig Rosmarin, 1 Zweig Thymian, 1 Zehe Knoblauch, Salz, 1 TL Butter, Öl

Für die Majorangrießnudeln:

100 g griffiges Mehl, 55 g Weizengrieß, 1 EL frisch gehackter Majoran, 70 ml Wasser, 10 ml Olivenöl, Salz, 2 EL Butter

Für die Speckparadeiser:

6 Rispaparadeiser, 150 g Lardo, 1 Zwiebel (fein gehackt), 2 gehackte Knoblauchzehen, Rosmarin, Thymian, 2 EL Ketchup, Salz, Zucker

Zubereitung

Wasser, Butter, Salz und Zucker aufkochen. Das komplette Mehl begeben und abbrennen, Zanderfilet portionieren, mit Salz würzen. Etwas Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen. Sobald die Butter aufschäumt, das Zanderfilet einlegen und zuerst auf der Hautseite braten. Rosmarin, Thymian und Knoblauch zufügen, dann den Zander wenden und noch kurz braten, dabei die Hautseite mehrmals mit dem Butter-Öl-Gemisch übergießen.

Für die Majorangrießnudeln Mehl, Grieß, Majoran, Wasser, Öl und eine Prise Salz zu einem festen Teig verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie einwickeln und im Kühlschrank mindestens 1 Stunde rasten lassen. Den Teig zu einer Rolle formen, kleine Stücke abschneiden und zu dünnen Schupfnudeln rollen. In Salzwasser ca. 10 Minuten kochen, danach abgießen und abtropfen lassen.

In einer Pfanne Butter aufschäumen und die Grießnudeln darin kurz durchschwenken. Für die Speckparadeiser den Lardo in feine Würfel schneiden und in einer heißen Pfanne anschwitzen. Zwiebel und Knoblauch zufügen, dann die in kleine Würfel geschnittenen Paradeiser beimengen. Mit Salz und Zucker abschmecken, Rosmarin und Thymian begeben, auf kleiner Hitze 3 bis 5 Minuten köcheln. Vor dem Servieren mit Ketchup binden.