

Zanderfilet auf Tomatenrisotto

Rezept für 4 Personen

Zutaten

4 Stück Zanderfilet a 170 g
Olivenöl
2 Schalotten
2 Knoblauchzehen
250 g Risottoreis
150 ml Weißwein
600 ml Gemüsefond
250 g Pelati-Tomaten
100 ml Tomatensaft
2 Zweige Basilikum
Salz
50 g Parmesan
50 g kalte Butter

Zubereitung

Schalotten und Knoblauch in Olivenöl leicht andünsten. Den Reis dazugeben und unter Rühren glasig dünsten. Weißwein dazugeben und auf kleiner Hitze unter Rühren einkochen lassen.

Ein Viertel des Gemüsefond dazugeben unter häufigem Rühren so lange garen, bis die Flüssigkeit fast vollständig aufgesogen wurde.

Die Pelati und den Tomatensaft dazugeben und noch etwas vom Fond und nochmals einkochen. Mit Salz würzen.

Die kalte Butter untermischen, fein geschnittenen Basilikum sowie den Parmesan untermischen.

Die Zanderfilet mit Salz würzen und mit der Hautseite in Öl langsam braten. Die Filets wenden, etwas Butter dazugeben und fertig braten.

Das Risotto auf Teller anrichten und das gebratene Zanderfilet mit Rucola platzieren.