

Strasser



Grünpargel
Mag. Sonja Strasser

Mistelbacherstraße 28 | 2193 Wilfersdorf
Tel | 0664 - 6338822 od. 0664 – 8622594
E-Mail | sonja-strasser@aon.at
Web | www.strasser.at.st

Zanderfilet mit grünem Spargel und Safransauce

Zutaten:

400 g kl. Salzkartoffeln, 4 Zanderfilet a 160 g, Saft ½ Zitrone, 2 EL Mehl, Butter, 20 grüne Spargelstangen, 125 ml Riesling, 1 Msp. Safran, 250 ml Sahne, Salz, Pfeffer.

Zubereitung:

Kartoffeln schälen und in Salzwasser garen. Zanderfilet auf Gräten kontrollieren, säubern, mit Zitrone säuern und salzen. Auf der Hautseite leicht mehlieren und auf beiden Seiten in Butter goldbraun anbraten (zuerst auf der Hautseite). Im Backofen bei ca. 110 ° C in ca. 8 Min. gar werden lassen.

Spargel am untern Drittel schälen, in Salzwasser ca. 10 Min. kochen lassen, anschließend in Eiswasser abschrecken, warm halten. Riesling bei mäßiger Hitze etwas einreduzieren, Safran begeben, mit der Sahne aufgießen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Spargelspitzen mit dem Zanderfilet und den Salzkartoffeln anrichten.

Guten Appetit!

Rezeptidee: Küchenchef M. Mayer, Messmer-Hotel am Kornmarkt (Tirol) In: Buch von Gertrud und Eberhard Löbell, Spargel. Verlagsgruppe Weltbild GmbH, 2006