

## Zander auf Sauerkraut an Räucherstörssauce



### Zubereitungszeit

40 Minuten + ca. 1½ Stunden garen

### Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 500 kcal

Eiweiss: 32 g

Fett: 29 g

Kohlenhydrate: 17 g

### Zutaten für 4 Portionen

- 4 Zanderfilets mit Haut à ca. 150 g
- 6 EL Olivenöl
- 4 EL Vollrahm
- 8 Dörrtomatenhälften
- 1 Zweig Rosmarin

### Sauce

- 2 dl Fischfond
- 1 dl Vollrahm
- 100 g geräucherter Stör, aus dem Delikatessgeschäft, oder geräucherte Forelle
- 2 EL Noilly Prat
- einige Tropfen Zitronensaft
- Fleur de sel
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle

### Sauerkraut

- 500 g mildes Sauerkraut
- 1 Zwiebel
- 1 EL Honig
- 1.5 dl Weisswein, z. B. Chardonnay
- 2 EL Aceto balsamico bianco
- 1 Kochapfel, z. B. Boskop
- Gewürzsäcklein mit Wacholderbeeren, Kardamom, Pfefferkörnern
- 1 mehligkochende Kartoffel

### Zubereitung

1. Sauerkraut kalt abspülen und gut abtropfen lassen. Zwiebel fein schneiden. Mit dem Honig einige Minuten dünsten. Sauerkraut, Wein und Balsamico begeben. Apfel dazureiben, Gewürzsäcklein begeben. Alles 1 Stunde zugedeckt garen. Kartoffel dazureiben und das Sauerkraut etwa 30 Minuten fertig garen.
2. Fischfond und Rahm bei grosser Hitze zur Hälfte einkochen lassen. Pfanne vom Herd ziehen. Stör in die Sauce legen und ca. 15 Minuten ziehen lassen, sodass sich das Räucheraroma entfalten kann. Sauce absieben und zurück in die Pfanne geben. Sauce mit Noilly Prat, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Zander salzen und pfeffern. 2/3 des Öls und den Rahm darübergerben, Fisch darin wenden. Restliches Öl in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen. Filets abtropfen lassen. Die Hautseite ca. 1 Minute knusprig braten, Fisch wenden, ganz kurz fertig braten. Auf Sauerkraut anrichten, mit Tomaten und Rosmarin garnieren. Sauce schaumig aufrühren, Sauerkraut damit umgiessen.