

Havel-Zander in Dill-Sauce und Kartoffelstampf



In Brandenburg greift man gerne auf das Naheliegende zurück und macht das Allerbeste daraus. Bei der Fischvorbereitung bitte die 3-S-Regel beachten:
 S – säubern, kurz unter fließendem kaltem Wasser abspülen, ggfs. Reste von Innereien entfernen, mit Küchenrolle trocknen
 S – säuern, mit Zitronensaft beträufeln, so gerinnt das Fischeiweiß, der Geruch wird reduziert und das Filet wird fest und weiß
 S – salzen, kurz vor dem Garen mit Salz bestreuen, das verbessert den Geschmack

Zutatenliste und Zeit je Zubereitungsschritt (4 Personen)

600 g Kartoffeln
 125 ml Milch
 2 EL Butter
 ½ TL Pfeffer
 1-2 TL Salz

die Kartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser ca. 14 min kochen, dann abgießen. Vor dem Stampfen Milch, Butter und Pfeffer hinzufügen. Jetzt stampfen bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist, ggfs. weiter Milch und Salz hinzugeben.

2 EL Butter
 2 EL Mehl
 200 ml Fischfond
 ½ Bund Dill
 100 ml Sahne
 Salz, Pfeffer

in einem Topf mit einem Schneebesen zu einer Mehlschwitze verarbeiten, mit etwas gehacktem Dill und Sahne verfeinern, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4 Zanderfilets mit Haut
 (800 g)
 Salz
 Zitrone
 3 EL Butterschmalz
 2 EL Mehl

abwaschen, trocken tupfen. Filets auf der Hautseite 2-3 mal diagonal einritzen, mit Zitronensaft beträufeln, mit Salz würzen und in Mehl wälzen. In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen und die Zanderfilets darin bei mittlerer Hitze erst auf der Hautseite, dann auf der Fleischseite jeweils ca. 3 min goldgelb braten.

Zander
 Kartoffelstampf
 Dill-Sauce

auf einem Servierteller anrichten und nach Belieben mit Zitronenspalten garnieren.

Tipp

dazu einen [Bohnensalat](#) reichen.