

# Gedämpfter Zander auf Champignon-Tartar

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 25m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '25', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Leicht, Naturbelassen, schmackig einfach und schnell gemacht

## Zutaten

- 4 Stück taufisches Zanderfilet à 180 G, ohne Haut, küchenfertig
- 200 G frische Champignons
- 2 Schalotten, klein gewürfelt
- 2 El gehackte Petersilie
- 40 G kalte Butter
- Salz, Pfeffer
- 1 Limone
- 1 Kleines Bund frischer Dill
- 3 cm frischer Meerrettich, gerieben
- 1 Tl Kardamomsamen, angedrückt
- 500 ml Wasser
- 1 tl Speisestärke
- Etwas kalte Butter
- Salz, Pfeffer
- 600g gleichmäßig große Kartoffeln, oval Zu Fischkartöfelchen tounierte

## Zubereitungsart

### Schritt1

Zunächst den Fisch waschen und wieder trocken tupfen, salzen, pfeffern und mit etwas Limonensaft säuern.

### Schritt2

0,5 l Salzwasser mit dem Meerrettich und dem Saft der Limone und dem halben bund Dill zum kochen bringen.

### **Schritt3**

Die Zanderfilets einlegen und bei geschlossenem Deckel 8 - 10 min., bei 90° c leise dämpfen, garen.

### **Schritt4**

Schön glasig halten, danach heraus nehmen und kurz warm halten.

### **Schritt5**

Den Pochierfond passieren und auf die benötigte Menge reduzieren lassen .

### **Schritt6**

Ganz leicht mit Speisestärke binden und mit frischem Limonensaft nachschmecken. Kurz vor dem Servieren mit der kalten butter aufmontieren.

### **Schritt7**

Das Champignon - Tatar:

### **Schritt8**

Die Champignond zunächst mit 1 tl Mehl, 2 el Salz und dem Saft 1 Zitrone vermengen, säubern. Die Schmutzpartikel abreiben und unter fließendem, kaltem wasser abspülen. In kleine Würfel schneiden, hacken.

### **Schritt9**

Die Zwiebeln in etwas Butter glasig angehen lassen und die vorbereiteten Champignons dazu geben. Salzen, Pfeffern, ca. 4 - 5 min. schmoren lassen. Zuletzt die gehackte Petersilie unter heben.

### **Schritt10**

Die Dillkartoffeln:

### **Schritt11**

Gleichmäßig kleine, geschälte Kartoffeln halbieren und die Hälften oval zu der typischen Fischkartoffelform tounieren.

### **Schritt12**

Herkömmlich in Salzwasser gar kochen, abgießen, ausdämpfen lassen.

### **Schritt13**

Etwas Butter auslassen, eine gedrückte Kardamomkapsel dazu geben und die Kartoffeln schwenken;

### **Schritt14**

Kurz vor dem servieren den frisch gehackten Dill unterschwenken:

### **Schritt15**

Anrichtevorschlag.

### **Schritt16**

Das Champignontatar in einen 7 - 8 cm großen Ring drücken und in der Tellermitte placieren. Den Fisch darüber anrichten,

### **Schritt17**

Etwas pfeffern und die Soße darüber / daran verteilen. Die Fischkartöffelchen drum herum setzen, ev. Mit einigen kleinen Dillsträußchen garnieren.

**Rezeptart:** Warme Fischgerichte **Tags:** einfach und schnell

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/gedaempfter-zander-auf-champignon-tartar/>