



Zander auf Blattspinat

Zutaten:

1 küchenfertiger Zander, 1,2 bis 1,5kg, Salz, Frisch gemahlener Pfeffer, Saft von 1 Zitrone, 4 EL Olivenöl, z.B. Olivenöl extra virgen
1 EL feingehackter Estragon
1kg junger Blattspinat
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe, 30g Butter frisch geriebene Muskatnuss
¼ l Sahne, 2 EL Noilly Prat

Zubereitung:

Zander waschen, trockentupfend und die Haut mit einem Scharfen Messer leicht einritzen. Salz, Pfeffer, Zitronensaft, Öl und Estragon verrühren. Mit der Hälfte davon den Fisch innen und außen bestreichen und etwa 30 min marinieren lassen. Den Spinat verlesen, gründlich waschen und abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch schälen, in kleine Würfel schneiden und in zerlassener Butter andünsten. Den Spinat dazugeben und zugedeckt in wenigen Minuten zusammenfallen lassen. Den Spinat mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, mit Sahne und Noilly Prat aufgießen und auf dem Boden eines Fischbräters verteilen. Den Zander auf das Spinatbett setzen und 25 bis 30 min. garen, dabei immer wieder mit der restlichen Marinade bestreichen. Den Fisch in dem Bräter servieren und erst bei Tisch portionieren.