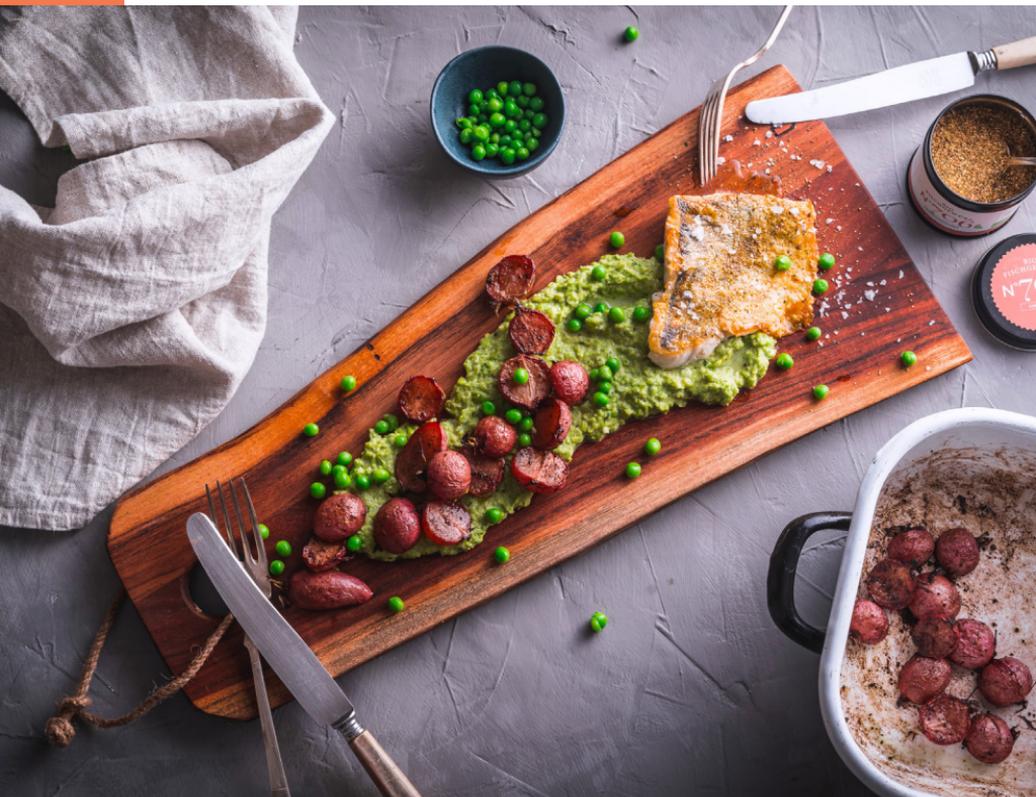


REZEPT



ZANDER MIT ERBSENPÜREE & GERÖSTETEN RADIESCHEN

BIO FISCHGEWÜRZ N° 706



RIMOCO GEWÜRZMANUFAKTUR

www.rimoco.de



ZUTATEN

2 PORTIONEN

KOCHZEIT | 30 MIN.

VORBEREITUNG | 10 MIN.

RÖSTRADIESCHEN

- 1 Bund Radieschen
- 1 EL Olivenöl
- 1 TL Waldhonig
- 1 Msp. Bio Ceylon Zimt N°916
- 1 Msp. Bio Piment N°914
- 1/2 TL Kreuzkümmel N°901
- Salz, Pfeffer
- 1 EL Balsamico

ERBSENPÜREE

- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 400 g TK-Erbsen
- 1 EL Butter
- 50-100 ml Wasser
- 3 EL Crème fraîche
- Schale von 1/2 Zitrone
- 1 Kleine Handvoll Basilikum
- Salz, Pfeffer

ZANDER

- 2 Zanderfilets mit Haut
- 1 EL Olivenöl
- 1 EL Butter
- 2 TL Fischgewürz N°706

WEITERE REZEPTE

www.rimoco.de

ZUBEREITUNG

1. Ofen auf 200°C vorheizen, Radieschen waschen & halbieren. In einer Schüssel mit Olivenöl, Honig und Gewürzen vermischen. In eine Auflaufform geben und ca. 15-20 Min. im Ofen rösten, bis die Radieschen weich, aber noch bissfest sind. Balsamico untermischen.

2. Währenddessen Knoblauch und Schalotte hacken, in Butter anschwitzen. 2 EL Erbsen in ein Sieb geben, mit kochendem Wasser übergießen und zur Seite stellen. Übrige Erbsen mit etwas Wasser im Topf weich kochen.

3. Zanderfilets im Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 3 Min. auf der Hautseite anbraten. Zander mit Fischgewürz würzen, wenden und die Pfanne vom Herd nehmen, Butter dazu geben, kurz ziehen lassen. Hautseite ebenfalls mit Fischgewürz bestreuen.

4. In der Zwischenzeit Crème fraîche, Zitronenschale & gehackten Basilikum unter die Erbsen rühren, alles fein pürieren. Das Erbsenpüree mit Salz und Pfeffer abschmecken.

5. Zanderfilet mit Erbsenpüree und gerösteten Radieschen auf zwei Tellern anrichten und mit ganzen Erbsen dekoriert servieren.