

Gebratenes Zanderfilet auf Bärlauchnudeln mit Spargelgemüse

Rezept für 4 Personen

Ein Rezept von:

Martin Geyer

Restaurant Geyer, Mainstockheim



Zutatenliste für den Nudelteig

250g Mehl | 2 Eier | 1 Bund Bärlauch | 2 Esslöffel Wasser

Zubereitung des Nudelteigs

- 1 Bärlauch mit den 2 Esslöffeln Wasser klein mixen. Das Mehl auf eine Arbeitsfläche geben, in der Mitte eine Mulde machen. Die Eier und den gemixten Bärlauch hinein geben und mit dem Mehl vermengen. Den fertigen Teig in Folie wickeln und an einem kühlen Ort 1 Stunde ruhen lassen.
- 2 Den Nudelteig mit der Nudelmaschine walzen – erst große Stärke, dann immer feiner werden.
- 3 Die Nudelplatten durch die Nudelschneiderwalze lassen und auf ein gemehltes Blech geben sodass die Nudeln nicht zusammen kleben können.

Achtung, die Kochzeit bei frischen Nudeln ist geringer als bei getrockneten.

Zutatenliste für das Spargelgemüse und den Fond

2 Pfund Spargel (Spargelschalen für den Fond aufheben) | Weißwein zum Ablöschen | Zwiebelwürfel aus einer ½ Zwiebel | Sahne | ½ Zitrone | Salz | Zucker | Stückchen Butter | Wasser

Zubereitung des Spargels

- 1 Spargel schälen. Mit den Spargelschalen, der Zitrone, Salz, Zucker und der Butter einen Fond kochen. Spargelschalen nach dem Kochen abseihen und den Fond auffangen.
- 2 Den geschälten und geschnittenen Spargel in einer Pfanne leicht anbraten, mit etwas Weißwein und dem Spargelfond ablöschen, mit Salz würzen und auf kleiner Stufe reduzieren lassen.

Die Festigkeit des Spargels beachten – der Spargel sollte noch etwas Biss haben.

Zutatenliste für das Zanderfilet

800-1000g Zanderfilet | Salz | etwas Zitronensaft

Zubereitung des Zanders

- 1 Den Zander salzen, mit Zitrone säuern, melieren und auf der Hautseite anbraten.

Anrichten

Nudeln aus dem gekochten Wasser abseihen, kurz abtropfen lassen und auf den Teller geben. Das Spargelgemüse und den gebratenen Zander darauf anrichten.

Guten Appetit!



TVtouring
Fernsehen

täglich ab 18:00 Uhr
über Kabel und Satellit

alle Folgen von Frankens Gute Köche finden Sie auch unter: tvtouring.de/mediathek