

Die Hauptspeise:

Kross gebratener Rheinzander mit Kürbisrisotto, eingelegtem Hokaido und Riesling – Sauerampfer – Schaum



(Hauptspeise aus regionalen Produkten)

Zanderfilet:

- 4 mittelgroße Zanderfilets
- 100g Semola (Nudelmehl)
- Pflanzenöl

Die Zanderfilets kurz vor dem Servieren salzen, pfeffern, in Semola wenden und in einer beschichteten Pfanne von beiden Seiten kross anbraten.

Kürbisrisotto:

- 1Hokaidokürbis (ca 500g) geschält und entkernt
- 100g Risottoreis (Arborio oder Aquarello)
- 50g geriebener Parmesan
- 100ml Geflügelfond
- 200ml Weißwein
- 50g kalte Butter
- 2 El Schalottenwürfel
- 1El Pflanzenöl
- Salz, weißer Pfeffer, Muskat, Zucker

Den Kürbis entsaften und dann die Reste im Auffangbehälter ein zweites Mal entsaften, damit man möglichst viel Flüssigkeit erhält. Den Kürbissaft mit dem Geflügelfond in einen Topf geben und köcheln lassen. Den entsafteten Kürbis aus dem Auffangbehälter aufheben und bei Seite stellen. Nun die Schalotten mit etwas Pflanzenöl in einem Topf farblos

anschwitzten, dann den Reis hinzugeben, ebenfalls kurz anschwitzten und mit Weißwein ablöschen. Das Risotto immer wieder mit dem Kürbisfond auffüllen, bis es al dente ist und nach ca. 5 Minuten die Kürbisreste aus dem Entsafter hinzugeben. Kurz vor dem Servieren den Parmesan und die kalte Butter einrühren.

Kürbisstreifen:

- ½ Hokaidokürbis (In feine Streifen geschnitten)
- 200g Zucker
- 350ml Wasser
- 200ml Weißweinessig
- 1El Koriandersamen
- 50g Ingwer
- 5Skt Sternanis
- Schale von einer Orange
- Schale von einer Zitrone
- 1 Stange Zimt
- 3 Kapseln Kardamom

Alles (bis auf den Kürbis) einmal aufkochen, einen halben Tag ziehen lassen und abpassieren. Dann den Kürbis in ein Schnappglas geben und mit dem heißen Fond überbrühen.

Riesling – Sauerampfer – Schaum:

- 1 El feine Schalottenwürfel
- 1 Bd Sauerampfer (gewaschen)
- 10 Blätter Spinat (gewaschen)
- 300ml Fischfond
- 100g Creme Fraiche
- 300ml Riesling trocken
- Salz, weißer Pfeffer

Die Schalotten in einem Topf farblos anschwitzten, dann mit dem Riesling ablöschen, etwas reduzieren, den Fischfond dazugeben, erneut reduzieren und dann mit einem guten Mixer Spinat, Creme Fraiche und Sauerampfer einmischen, durch ein feines Sieb passieren, abschmecken und kurz vor dem Servieren mit einem Stabmixer aufschäumen.

Anrichten:

- Frische Gartenkräuter

Das Risotto in einen tiefen Teller geben, den Zander daraufsetzen, den eingelegten Kürbis und den Schaum rundherum geben und mit den Kräutern garnieren.



aus der Reihe „Stein kocht – Schmitt isst“

kirchenjahr.bistummainz.de/jahreskreis/erntedank