PDFMAILER.DE Kostenfrei und werbegesponsert PDF drucken und direkt per E-Mail versenden >Test it free www.pdfmailer.de

Bernd Schwerdt

Zander / Gös "Medhamn"

Der Zander, auf schwedisch gös, von dem unsere Nachbarn am Vänern sagen, dass er ihnen viel besser als ein Lachs schmeckt, ist ein Raubfisch und kommt im Vänern recht häufig vor.
Der Zander ist eine Barschart, nicht leicht zu überlisten und hat grätenfreie Filets.
Mit ein bisschen Glück fängt man selbst einen Zander, ansonsten bleibt für uns immer noch der Weg zu unserem Nachbarn Alf, dem Fischer in Medhamn.
Hier haben wir ein Rezept für einen Zander auf einem Bett aus Gemüse aufgeschrieben, nach dem wir in unserer Zeit im Badischen den Zander aus dem Elsass oft zubereiteten.

1 Zander, 1,5 - 2 kg
1 Zitrone
2 Zwiebeln
1 Bund Suppengrün
1 Lorbeerblatt
40 g Butter
Salz
Pfeffer
1/2 TL Zucker
200 ml Weißwein, trocken
200 g Creme fraîche
2 Tl. Weiße Sauce
1 Bd. Glatte Petersilie
1 Bd. Dill

Den ausgenommenen (Kopf bleibt d'ran) und geschuppten Fisch abtrocknen, innen und außen mit wenig Zitrone beträufeln.
Zwiebeln und Suppengrün putzen, in feine Scheiben schneiden.
Zwiebeln, Gemüse, bis auf Lauch, und Lorbeerblatt in Butter andünsten, zugedeckt bei milder Hitze 15 Minuten garen, Lauch unterrühren, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen, Wein zugießen und einmal aufkochen.
Fisch mit Salz und Pfeffer einreiben.
Gedünstetes Gemüse und Sud in die Saftpfanne vom Backofen umfüllen, Fisch darauflegen und mit Gemüse beschöpfen.
Saftpfanne mit Alufolie zudecken, in den vorgeheizten Backofen schieben (200 Grad), Fisch in etwa 15-18 Minuten garen.
Fisch mit Alufolie zugedeckt warm stellen.
Gemüse und Sud im Topf mit Creme fraîche und weißer Sauce unter Rühren einmal aufkochen lassen.
Feingehackte Kräuter hineingeben, Sauce mit dem Gemüse über den Fisch gießen.
Dazu gebutterten Basmati-Reis.

Als Getränk passt idealerweise ein Elsässer Gewürztraminer oder ein beschwingter Riesling.

P.S.
Und wenn man Glück hat, sagt man zum Wein hinterher mit Tucholsky:
"Schade, dass man diesen Wein nicht streicheln kann."

http://www.berndschwerdt.de/html/zander_gos__medhamn_.html