

# Zanderfilets mit Wurzelgemüse

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

---

500 g	Zanderfilets	1	gelbe Rübe
250 g	Blattspinat (frischen blanchiert, tiefgekühlten aufgetaut)	1/8 l	Gemüsesuppe
4	Frühlingszwiebeln	3 EL	Öl
4 Zweige	Petersilie		Salz, Pfeffer, Muskat, Saft von 1 Zitrone,
2	Karotten		Schlagobers zum Verfeinern
1	Petersilwurzel		

## ZUBEREITUNG

---

- 1 Zanderfilets mit Zitronensaft beträufeln.
- 2 Karotten, Petersilienwurzel und gelbe Rübe putzen und in 5 mm dicke Stifte schneiden. Mit den Frühlingszwiebeln in kochendem Wasser bissfest garen und kalt abschrecken.
- 3 Das Zanderfilet salzen und pfeffern und in 2 EL Öl anbraten. Den Fisch herausnehmen und warmstellen. Restliches Öl zum Bratensatz geben, das Gemüse mit den Petersilienzweigen darin kräftig anschwitzen und abschmecken.
- 4 Den Spinat etwas ausdrücken, mit Gemüsesuppe und Schlagobers zum Verfeinern kurz erhitzen, mit dem Mixstab fein pürieren und abschmecken. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskat abschmecken.
- 5 Das Wurzelgemüse dekorativ in die Mitte des Tellers anrichten, das Zanderfilet daraufsetzen und mit Spinatsauce umgießen.

Dazu passt Reis oder gebähtes Weißbrot.