

# ZANDERFILET AN ERBSEN-SAFRAN-SAUCE

---

## Zutaten - 20 Minuten - 2 Personen

- 200g tiefgekühlte Erbsen
- 1 Schalotte
- 2-3 EL [Dill](#) oder [Kerbel](#)
- 250 - 300g Zanderfilet
- 1/2 EL Butter
- 1 dl Vermuth
- 1 dl [Gemüsebouillon](#)
- 1 Briefchen [Safran](#)
- 1 dl Rahm
- 1/2 Teelöffel Mehl
- [Salz](#), [Pfeffer](#) aus der Mühle
- 1 EL Bratbutter

Die gefrorenen Erbsen in eine Schüssel geben und bei Zimmertemperatur antauen lassen. Inzwischen die Schalotte schälen und sehr fein hacken. Die Zanderfilets kurz kalt spülen, auf Küchenpapier trocken tupfen und je nach Grösse in 4-6 Stücke schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. In einer mittleren Pfanne die Butter erhitzen und die Schalotte darin glasig dünsten. Noilly Prat und Gemüsebouillon beifügen und gut zur Hälfte einkochen lassen. Safran und Rahm verrühren, dann das Mehl untermischen und glatt rühren. Die Sauce bei Mittelhitze noch 2 Minuten kochen lassen. Dann die Erbsen untermischen, alles mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt 4-5 Minuten leise kochen lassen. Sobald die Erbsen in der Sauce sind, in einer Bratpfanne die Bratbutter kräftig erhitzen. Die Zanderstücke hineinlegen und bei mittlerer Hitze auf der ersten Seite je nach Dicke 2-3 Minuten mehr dünsten als braten, damit er nicht trocken wird. Den Dill oder Kerbel unter die Erbsen-Safransauce mischen, diese in vorgewärmten tiefen Tellern anrichten und den Zander darauf anrichten.

*LaCucina*