

Leicht und lecker an heißen Sommertagen im August!

Zanderfilet auf scharfem Zwetschgen-Ingwerrelish

Zutaten für 4 Portionen

Relish:

600 g Zwetschgen (fest)
1 Ingwerknolle (eingelegt, kandiert)
½ Knoblauchzehe
2 Chillischoten
2 El Honig
Zimt
weißen Balsamico-Essig
Salz, Zucker, Pfeffer

Fisch:

4 Zanderfilets
3 Limetten
4 El Olivenöl
2 El Speisestärke

Zubereitung

Relish:

Zwetschgen waschen, in Würfel schneiden. Ingwer, Chillischoten und Knoblauch fein hacken.

2 El Zucker in einem Topf bei kleiner Flamme schmelzen. Ingwer, Chillischoten und Knoblauch darin glasieren. Zwetschgenwürfel zugeben, mit einer Prise Zimt, Salz, Pfeffer und Honig abrunden. In eine Schüssel geben, mit weißem Balsamico-Essig abschmecken und 30 Minuten kaltstellen.

Fisch:

Die Zanderfilets mit dem Saft von 1 Limette und etwas Salz würzen. In einer Grillpfanne von jeder Seite 2 Minuten braten. 2 Limetten schälen, in dünne Scheiben schneiden und in die Pfanne geben.

Den Zander auf dem Zwetschgen-Relish anrichten, dazu passt frischer Blattsalat und ein ofenfrisches Baguette

Guten Appetit und eine schöne Sommerzeit wünscht

Robert Hecker
Hecker's Fischkontor