

## Zanderfilet auf Gemüse

750 g Zanderfilet mit Haut  
2 El Olivenöl  
Saft von 1 Orange  
1 Schuss Weißwein

in Portionsstücke teilen,

Öl, Wein und Orangensaft verrühren, in eine  
Auflaufform gießen, mit der Hautseite nach unten  
in die Auflaufform legen

abger. Orangenschale  
Curry, Salz

Gewürze über den Fisch streuen, mit Alufolie  
abdecken und im heißen Ofen,  
U-luft 150° C, 15-20 Min. garen

## Gemüse

500 g Steckrüben  
300 g Möhren  
300 g Kartoffeln  
2 El Butter  
300 ml Gemüsebrühe  
1 Lorbeerblatt

in Würfel schneiden

im Topf erhitzen, Gemüse andünsten  
zum Ablöschen zufügen

dazu und bei milder Hitze ca.15 Minuten garen,  
Gemüse abgießen, Brühe aufbewahren

100 ml Sahne  
40 g kalte Butter  
Soßenbinder  
Salz, Pfeffer, Muskat

zur Brühe geben, aufkochen, etwas einkochen  
unterarbeiten  
zum Binden

Gemüse in die Soße geben und abschmecken, Fisch  
auf dem Gemüse anrichten, mit dem Fischsud  
beträufeln

## Lachs-Quiche

200 g Mehl  
100 g kalte Butter  
75 ml Wasser  
Salz

Zutaten verkneten, zu einer Kugel formen, kalt stellen,  
eine Quicheform einfetten, den Teig ausrollen, in die Form  
legen, sodass ein 2-3 cm hoher Rand entsteht

600 g Porree  
1 El Butter  
Salz, Pfeffer  
200 g Räucherlachs  
-----

waschen, in Ringe schneiden

Porree in heißer Butter andünsten

zum Abschmecken, auf den Blätterteig geben

in Stücke geschnitten auf dem Porree verteilen

*vorher Paniermehl  
aufstreuen*

1 El Dill  
1 B. Sahne  
4 Eier  
Salz, Pfeffer

verrühren, über den Porree gießen, im heißen Ofen,  
U-luft: 180° C, ca.30 Min. backen