



hr1-DOLCE VITA

Reiner Neidhart Spargelragout mit Limonen-Ingwersud und in Sesam gebratenem Zander oder Lachs

ZUTATEN

12 Stangen Spargel	4 Fischmedaillons a 140 g
1 Schalotte	Salz, Pfeffer
60 g Butter	2 EL Mehl
1 TL geriebener Ingwer	2 Eiweiß
1 Limon (Abrieb und Saft)	3 EL Sesam
0,6 l Spargelbrühe	2 EL Rapsöl zum Braten
Salz, Pfeffer	

ZUBEREITUNG

Den Spargel schräg in gleich große Stücke schneiden, in der Butter mit der gewürfelten Schalotte glasig dünsten. Den Limonenabrieb und -saft sowie den Ingwer dazu geben. Kurz einkochen und dann mit dem Spargelfond auffüllen und den Spargel darin bissfest garen.

Den Fisch würzen, ins Mehl drücken und dann in das geschlagene Eiweiß tauchen und mit dem Sesam von einer Seite panieren. Mit der Sesamseite anbraten, drehen und im Ofen ca. 4-6 Minuten bei 190°C garen.

Den gebratenen Fisch auf dem Spargelragout anrichten.