

Landhotel Grünberg am Traunsee

Traunsteinstraße 109
4810 Gmunden
www.gruenberg.at
gruenberg@vpn.at
Tel. 07612 77700



Gebratener Zander auf eingemachten Tomaten

4 Zanderfilet à 160 g
Salz, Pfeffer, Zitronensaft

für die Tomaten

3 dl. Wasser
4 Essl. Estragon Essig
Prise Salz und Zucker
6 mittelgroße Tomaten
2 kleine Knoblauchzehen
Lorbeerblatt
etwas frischer Rosmarin

1 Essl. Polentagrieß
1 Schalotte
Olivenöl
2 Tomaten, enthäuten, Kerne entfernen und in Würfel schneiden
Basilikum

Aus Wasser und Zutaten bis Rosmarin einen Sud kochen.
Tomaten von den Stielansätzen befreien und in ein Einmachglas schichten,
mit Sud bedecken und verschließen, Glas in ein Wasserbad stellen und ca. 20 Minuten im
Ofen pochieren. Die so eingemachten Tomaten können mehrere Monaten aufbewahrt werden.

Für die Sauce die Tomaten mit der Hälfte der Flüssigkeit aufkochen und mit dem Mixer
pürieren, Polentagrieß dazugeben und ca. 15 Minuten köcheln lassen.
Schalotte in Olivenöl anbraten, Tomatenwürfel dazu und unter die Sauce mischen.
Zuletzt die Zanderfilet würzen und ebenfalls in Olivenöl anbraten und auf der Sauce
anrichten. Mit frisch gemahlenen Pfeffer bestreuen und etwas Basilikum ausgarnieren.
Kartoffeln als Beilage.