



Benötigte Zutaten

4	Zanderfilets
250 g	Topfen 10%
2 EL	Olivenöl
300 ml	Fischfond
3 EL	Butter
	Zitronensaft
1/2	Knoblauchzehe gehackt
	Salz, Pfeffer
	Stangensellerie

Zanderfilet in Schnittlauch Topfensauce

Gesund und Leicht

Anleitung

Fisch mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne mit Olivenöl braten und warm stellen.

Schnittlauch in Röllchen schneiden, Topfen cremig rühren. Dann den Fischfond auf ein Drittel einkochen und mit der kalten Butter verrühren. Danach den Topfen einrühren, Schnittlauch und Knoblauch zugeben und mit Salz, Pfeffer sowie Zitronensaft abschmecken. In Scheiben geschnittener Stangensellerie zum Dekorieren.



Ein Rezept der:
AMA Marketing