

## Zander in Folie

### Rezept für 2 Personen

- 1 mittelgroßer Zander
- Essig oder Zitronensaft
- Salz
- Pfeffer
- 3 Eßl. frisch gehackte Kräuter (Petersilie, Dill, Zitronenmelisse, Kerbel) oder Kräuterbuttergewürz

### Für die Senfsauce:

- 50 g Butter,
- 1 Essl. Mehl Salz
- ¼ Liter Fleischbrühe
- 3 Teel. Senf
- Salz
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Prise Zucker
- 3 Teel. Senf
- 1 hartgekochtes Ei

Den gesäuberten Zander 30 Minuten säuern. In der Zwischenzeit die Butter sahnig rühren, mit den gehackten Kräutern mischen und mit Salz und Pfeffer würzen oder einfach Kräuterbuttergewürz nach Vorschrift unterrühren.

Nun den gesäuerten Zander trocken tupfen, von innen salzen und pfeffern und anschließend die Kräuterbutter innen und außen auf dem Zander verteilen.

Den so vorbereiteten Zander in Alufolie einwickeln und im vorgeheizten Backofen bei 160°C 50 Minuten garen.

Für die Senfsauce aus Butter und Mehl eine helle Mehlschwitze bereiten mit der Fleischbrühe aufgießen und aufkochen. Dann Senf, Lorbeerblatt, Salz und Zucker zugeben und ca. 20 Minuten ziehen lassen. Zum Schluss etwas Sahne verfeinern, das gehackte Ei zugeben und evt. noch einmal abschmecken.

Den inzwischen gegarten Zander aus der Folie wickeln und auf einer vorgewärmten Platte anrichten und mit gehackten Kräutern garnieren.

Dazu passen Petersiliekartoffeln und ein grüner Salat