

Zander im Salzmantel

Zutaten:

für 4 Personen

- 1 Zander ca. 2 kg
- 2 kg Haushaltssalz
- 8 Eiweiße
- 60-70 g Mehl

Hier könnte Ihr Name mit Wohnort stehen. Kochen sie das Rezept nach, fotografieren sie es und schicken das Bild an fischrezepte@dstumpf.de. Das Gleiche gilt für neue Fischrezepte.

Zubereitung:

Fisch ausnehmen (lassen), abspülen, innen mit Salz einreiben, noch mal auswaschen, trockentupfen.

Eiweiße verquirlen, mit Salz und Mehl mischen. Ein Stück extra starke Alufolie in der Größe des Backblechs abreißen und etwas von der Salzmasse darauf streichen. Den Zander mit der Breitseite drauflegen, die dünnen Fischlappen nach innen schlagen. Ein Stück Folie vor die Bauchöffnung geben, damit kein Salz eindringt.

Backofen auf 250 C vorheizen.

Fisch ringsum mit der Salzmasse einstreichen. Auf der mittleren Schiene 1 Stunde backen.

Das Salz mit einem Messer und einem Hammer/Fleischklopfer aufhämmern.

Dazu passt: Sauce Hollandaise, Stangenweißbrot, grüner Salat