



Gegrillter Zander auf Tomatenrisotto

Zubereitung

Knoblauch und Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden.

Butter und BONA Pflanzenöl in einem Topf erhitzen, Knoblauch und Zwiebel darin anschwitzen. Den Risottoreis hinzufügen und umrühren bis er glasig ist. Mit Weißwein ablöschen und Tomatenstücke, Salz und Pfeffer hinzufügen. Ab jetzt immer so viel Gemüsesuppe hinzugeben, dass das Risotto bedeckt ist. Den Reis immer wieder umrühren (ca. 25 min.) bist die ganze Flüssigkeit verbraucht ist.

In der Zwischenzeit den Zander abwaschen, trockentupfen und mit Zitronensaft beträufeln. BONA Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen, das Zanderfilet mit der Hautseite zuerst anbraten und zum Schluss salzen.

Jetzt noch den Parmesan in das Risotto einrühren, abschmecken und mit dem Zander anrichten.

Dekorieren kann man das Ganze noch mit frischen Kräutern oder einer Cocktailtomate.

Das Rezept stammt von BONAFamilie-Fan Julia di Vora im Zuge des BONAFamilie Fanpaket Gewinnspiel.

Zutaten

4 Personen

4 Stk. Zanderfilet mit je 180 g

1 Stk. Zitrone

Etwas BONA Pflanzenöl

Tomatenrisotto:

1 Stk. Knoblauchzehe

1 Stk. großer Zwiebel

1 lt. Gemüsesuppe

1 EL Butter

1 EL BONA Pflanzenöl

320g Risotto

1 Dose Tomaten in Stücke (400g)

100 ml Weißwein

60 g Parmesan

Salz und Pfeffer

Für die Dekoration:

Frische Kräuter

Cocktailtomate