



Reinhard-Karl  
ÜBLACKER  
Food-Consultant

## Gemüse-Zander-Auflauf

### Zutaten für 2 Portionen:

100g Kartoffeln  
50g Fenchel  
50g Karotten  
50g Zuckerschoten  
50g Zucchini  
½ Birne  
2 kleine Zanderfilets (á ca. 90g)  
1 Zitrone  
1 Eigelb  
200ml Cremefine zum Kochen  
Petersilie  
etwas geriebene Muskatnuss  
Salz  
Pfeffer

### Zubereitung:

Die Kartoffeln und Karotten gut waschen und schälen.  
Den Fenchel putzen. Alle Gemüse, außer die Zuckerschoten, und die Birne in Scheiben schneiden.  
Die Kartoffeln etwas dünner schneiden, damit alle Zutaten in etwa eine gleiche Garzeit bekommen.  
Die Zanderfilets beidseitig salzen und pfeffern, mit Zitronensaft beträufeln und in 4-5 Stücke schneiden.  
Alle Zutaten abwechselnd in ein feuerfestes Gefäß schichten.  
Petersilie abzupfen und fein hacken. Zur Cremefine geben und mit dem Eigelb gut verrühren.  
Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.  
Über den Auflauf gießen und bei ca. 190 Grad 20-25 Minuten goldgelb backen.

### Tipps für die Zubereitung:

Die vorgemachte Auflaufform mit Frischhaltefolie abdecken und erst im Büro fertig backen.