

Zander in Olivenöl pochiert

Zander in Olivenöl pochiert

Zutaten für 4 Personen

Schwierigkeitsgrad: Einfach

Zubereitungszeit: 30 Min.

Menu: [29.01.2014](#)

Creation [Oski Matter](#)

Zutaten für 4 Portionen:

- 400 g Zanderfilets
- 40g Olivenöl
- Dill
- Vakuumbbeutel
- Salz, Pfeffer

Vorbereitung:

Zander in 4-8 gleiche grosse Stücke schneiden

Zubereitung:

Zander würzen mit Salz, Pfeffer. In den Vakuumbbeutel den Zander, Olivenöl und Dill begeben. Dampf bei 75 ° C 8 Minuten garen. Vorsichtig aus dem Sack nehmen und warm stellen.