

# In Zimt gebratener Zander mit Spitzkohl

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

600 g Zanderfilet

400 g Spitzkohl

1 Apfel

2 Zimtstangen

Butter

Salz, Pfeffer



ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo & Di: 9 - 13 Uhr

Mi & Do: 9 - 13 Uhr

15 - 18 Uhr

Fr: 9 - 18 Uhr

Sa: 9 - 13 Uhr

ANSCHRIFT:

STEIN'S Kräuter & Garten

Mainzer Straße 180

55124 Mainz-Gonsenheim

Telefon: 06131 - 44198

Fax: 06134 - 44155

[kontakt@kraeuterundgarten.de](mailto:kontakt@kraeuterundgarten.de)

[www.kraeuterundgarten.de](http://www.kraeuterundgarten.de)

Die Spitzkohlblätter vom Strunk befreien und in feine Streifen schneiden.  
Den Apfel fein würfeln.

Zander in einer heißen Pfanne von der Hautseite anbraten und nach dem Wenden einen Löffel Butter und die Zimtstangen dazugeben.

Den Spitzkohl in etwas Butter andünsten und zum Schluss die feinen Apfelwürfel untermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Kohl in einem Ring auf dem Teller anrichten und den gebratenen Zander darauf legen.