



ERLEBEN.

GENIESSEN. BEGEISTERN.

SEEFISCHKOCHSTUDIO
BREMERHAVEN

Gedünstete Schollenfiletröllchen gefüllt mit Gemüsestreifen

für 4 Personen

Zutaten:

600 g Schollenfilet
200 g Gemüsestreifen
1 kl. Zwiebel
100 ml Weißwein
100 ml Fischfond
200 ml Sahne
25 g Butter
25 g Mehl
Salz,
Zitronenpfeffer,
etwas Butter und
etwas Zucker zum
Abschmecken

Zubereitung:

Schollenfilet ausbreiten und mit Salz und Zitronenpfeffer würzen. Anschließend mit Gemüsestreifen füllen und vom Dünnen (Schwanzende) zum Dicken (Kopfende) Stück aufrollen.

Nun wird die geputzte und in Würfel geschnittene Zwiebel in etwas Butter angeschwitzt.

Anschließend legen wir die Schollenfiletröllchen hinzu. Kurz anschwitzen und dann mit Weißwein ablöschen. Danach werden die Sahne und die Milch hinzugegeben. Das Ganze für ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Vorsichtig die Röllchen auf einer Servierplatte geben, abdecken und dann in den auf 70°C vorgeheizten Backofen warm stellen.

Aus der Butter und dem Mehl eine Mehlschwitze zubereiten, mit dem Sud ablöschen und einkochen. Mit Salz, Zitronenpfeffer, Butter und etwas Zucker abschmecken.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Gästen guten Appetit.



EUROPÄISCHE UNION:
Europäischer Fischereifonds
Investition in eine nachhaltige Fischerei