



ERLEBEN.
GENIEßEN. BEGEISTERN.

SEEFISCHKOCHSTUDIO
BREMERHAVEN

Gedünstete Schollenfiletröllchen

Zutaten für 4 Personen

600g Schollenfilet
200g Gemüsestreifen
1 kl. Zwiebel
100ml. Weißwein
100ml. Fischfond

200ml. Sahne
25g Butter/25g Mehl
Salz, Zitronenpfeffer
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.

Gewürfelte Zwiebel in etwas Butter anschwitzen. Anschließend die Schollenfiletröllchen dazugeben. Kurz anschwitzen und dann mit Weißwein ablöschen. Danach Sahne und Milch einrühren. Das Ganze für ca. 10 Min. köcheln lassen. Die Röllchen auf eine Servierplatte geben, abdecken und auf 70°C im vorgeheizten Backofen warmstellen.

Anschließend aus der Butter und dem Mehl eine Mehlschwitze zubereiten, mit dem Sud ablöschen und einkochen.

Abschmecken evtl. mit Salz, Zitronensaft, Butter und etwas Pfeffer.

Guten Appetit!



EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Fischereifonds
Investition in eine nachhaltige Fischerei