Schollenröllchen Finkenwerder Art

Fisch-Gerichte » Schollen-Gerichte

Zutaten (4 Personen)

» 1kg Blattspinat
» 3 Zwiebel(n)
» 1 Knoblauchzehe(n)
» 20g Butter/Margarine
» Salz & Pfeffer
» 4 Schollenfilet(s)
» 125ml Weißwein
» 125ml Fischfond
» 2-3 Zitronenscheibe(n)
» 6-8 Pfefferkörner
» 40g Frühstücksspeck
» 2 EL Schmand
» 1-2 EL Soßenbinder
» 1 Eigelb

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln fein würfeln, Knoblauch hacken. Fett erhitzen, Knoblauch und 1/3 Zwiebeln darin glasig dünsten. Spinat zufügen und ca. 3min dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

2. Fischfilets waschen, trockentupfen und längs halbieren. Mit Salz und Pfeffer würzen, aufrollen und mit Holzspießchen feststecken. Wein mit Fischfond, Zitronenscheiben, Pfefferkörnern und Salz aufkochen. Schollenröllchen in dem Sud zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 4min garen.

3. Speck würfeln, in einer Pfanne knusprig auslassen. Rest Zwiebeln zufügen und kurz mitbraten. Spinat in eine gefettete Auflaufform geben. Schollenröllchen aus dem Sud heben und auf den Spinat setzen. Sud durch ein Sieb gießen. Schmand einrühren und aufkochen. Soßenbinder unter Rühren einstreuen, kurz aufkochen.

4. Soße vom Herd nehmen, Eigelb unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Soße über die Schollenröllchen gießen. Mit Speck-Zwiebel-Mischung bestreuen. Im vorgeheizten Ofen bei 200°C ca. 15min überbacken. Dazu schmeckt Kartoffelpüree.

Nährwerte: 350kcal/E36g/F18g/KH5g pro Portion

angelegt am: 28.01.2005 Rezept-Nr: 1452

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke