

Maischolle mit Dill-Krabben-Soße

Fisch-Gerichte » Schollen-Gerichte

Zutaten (4 Personen)

- » 1kg Kartoffel(n)
- » Salz & Pfeffer
- » 4 Scholle(n)
- » 100g Mehl
- » 8 EL Öl
- » 250ml Milch
- » 2 Pk. Fix für Sauce

Hollandaise

- » 1 Bd. Dill
- » 200g Krabben
- » 1 Kopfsalat
- » 200g Gurke(n)
- » 4 EL Weißwein-Essig
- » 1 Prise Zucker
- » Zitronenscheibe(n)

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Kartoffeln schälen, waschen und halbieren. In kochendem Salzwasser 15-20min garen. Schollen waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Fisch in Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen. Je 1EL Öl in zwei Pfannen erhitzen, Schollen darin nacheinander von jeder Seite ca. 6min goldbraun braten. Warm stellen.

2. Je 250ml lauwarmes Wasser und Milch in einen Topf geben. Soßenpulver einrühren, unter Rühren aufkochen. Dill waschen, trockenschütteln, fein hacken. Mit den Krabben in die Soße rühren.

3. Kopfsalat putzen, waschen, abtropfen lassen und in Stücke zupfen. Gurke putzen, waschen und in dünne Scheiben hobeln. Salat mit Gurkenscheiben mischen. Essig mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. 4EL Öl darunter schlagen. Vinaigrette über den Salat geben. Kartoffeln mit Scholle und Krabben-Soße auf Tellern anrichten. Mit Zitronenscheiben und Dill garniert servieren. Den Salat extra dazu reichen

Nährwerte: 730kcal/E51g/F31g/KH61g pro Portion

angelegt am: 29.01.2005

Rezept-Nr: 1455

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