

Schollenröllchen mit Porreegemüse

Fisch-Gerichte » Schollen-Gerichte

Zutaten (4 Personen)

- » 250g Kartoffel(n)
- » 2 Stangen Porree
- » 500g Möhre(n)
- » 2 Zwiebel(n)
- » 1/2 Bd. Petersilie
- » 600g Scholle(n)
- » Salz & Pfeffer
- » 190g Pesto
- » 3 EL Öl
- » 1 Prise Zucker
- » 1/8l Milch
- » Muskat

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Kartoffeln mit Schale in kochendem Wasser ca. 20min garen. Porree in feine Ringe, Möhren in dünne Scheiben schneiden. Zwiebeln fein würfeln. Petersilienblättchen abzupfen.

2. Schollenfilets mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Pesto bestreichen und mit Petersilie, bis auf etwas zum Garnieren, belegen. Filets aufrollen und mit Holzspießchen feststecken.

3. Öl erhitzen, Zwiebeln darin andünsten. Möhren zufügen, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Kurz andünsten und mit 100ml Wasser ablöschen. Porree zufügen. Schollenröllchen zum Gemüse geben und alles zugedeckt ca. 10min garen. Gemüse würzen.

4. Kartoffeln abgießen und zerdrücken. Milch erwärmen und unterrühren. Mit Salz und Muskat abschmecken. Je zwei Schollenröllchen mit Porreegemüse und Kartoffelpüree auf Tellern anrichten. Mit restlicher Petersilie garnieren.

Nährwerte: 410kcal/E29g/F25g/KH15g pro Portion

angelegt am: 15.10.2003

Rezept-Nr: 584

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