



Seezungenröllchen

Zutaten:

8 Seezungenfilets a 50 g
Saft einer Zitrone
Salz, weißer Pfeffer, Muskatnuss
¼ l trockener Weißwein
6 Pfefferkörner, 1 Lorbeerblatt
1 kleine Zwiebel
Margarine zum Einfetten
250 g Dose Champignons
140 g Dose Nordseekrabben
170g Dose Miesmuscheln
60 g Butter
30 g Mehl
¼ l heiße Fleischbrühe
4 EL Sahne
4 EL Semmelbrösel
½ Bund Petersilie

Zubereitung:

Seezungenfilets abgetrocknet auf einer Platte auslegen und mit Zitronensaft beträufeln, 10 Min. ziehen lassen. Danach salzen, pfeffern und aufrollen mit Holzzahnstocher feststecken.

Wein mit Lorbeerblatt, Pfefferkörnern und der geschälten geviertelten Zwiebel in einem Topf aufkochen. Filetröllchen darin 10 Min. bei kleiner Hitze ziehen lassen.

Mit dem Schaumlöffel herausnehmen und in eine gefettete Auflaufform setzen.

Die abgetropften Champignons, Krabben und Muscheln darum verteilen.

40 g Butter in einem Topf zerlassen, das Mehl darin anschwitzen, mit der Fleischbrühe und den geseihten Weinsud ablöschen, mit Muskat und Pfeffer abschmecken und 5 Min. köcheln lassen. Topf vom Herd nehmen und die Sahne einrühren. Soße über die Fischröllchen gießen, mit Semmelbrösel bestreuen. Butterflöckchen darüber verteilen und ca. 5 Min. unter den vorgeheizten Grill schieben.

Mit kleingehackter Petersilie bestreut, Salzkartoffeln oder Reis und grüner Salat oder Chicoree servieren.