



Kochdauer:

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

Schwierigkeit:

anspruchsvoll

Zutaten:

5 Stk.	Fischfilets
	Salz
	Pfeffer, frisch gemahlen
	Zitronensaft
2 EL	Kapern
2 EL	Petersilie, gehackt
	Knoblauchzehen
1 EL	Semmelbrösel
8 Scheiben	Speck
50 g	Butter
2 EL	Öl
80 ml	Weißwein
180 ml	Schlagobers
1 TL	Maisstärke
1 TL	Basilikumpesto

Mein persönlicher Tipp

Anstelle von Forellenfilets können auch Zanderfilets verwendet werden. Polentanockerln eignen sich als Beilage sehr gut.



Andrea Eder
Seminarbäuerin in Kärnten

Forellenröllchen im Speckmantel



Foto: VrK/Achim Mandler Photography - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

Fischfilets:

- 4 Stück Fischfilets (Forelle) enthäuten, teilen (es sollen ca. 8 x 8 cm große Stücke sein). Abschnitte für Farce verwenden!
- Filets säubern und würzen - Saft einer Zitrone, Salz, Pfeffer, ev. Fischgewürz verwenden
- Filetteile mit Fischfarce bestreichen und eng aufrollen.
- Mit einer Speckscheibe ca. 15cm lang - umwickeln und mit Zahnstochern (oder Rouladennadeln) fixieren.
- Röllchen beidseitig ca. 5 – 8 min in einer Öl-Butter-Mischung anbraten.

Fischfarce:

- 1 Stück Fischfilet und Abschnitte gut kühlen.
- Mit 100 ml gekühltem Schlagobers, Kapern, Petersilie, Salz, Pfeffer, Knoblauch und 1-2 EL Semmelbrösel zu einer feinen Farce verarbeiten (Blitzschneider oder Stabmixer)
- Farce 10 min. gut kühlen.

Basilikum Weinsauce: Weißwein und 80 ml Schlagobers mit Maizena verrühren (im Bratenrückstand einrühren). Einmal aufkochen lassen. Basilikumpesto einrühren. Abschmecken mit Salz und Pfeffer.

Quellen:



Seminarbäuerinnen Kärnten:
Genuss mit heimischem Fisch

