

Fischfilets auf Randensauce

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

Sauce

1 TL Butter
1 Schalotte, fein gehackt
2 ½ dl Randensaft
25 g Butter, weich
1 EL Weissmehl
1 Prise Zucker
¼ TL Salz
wenig Pfeffer

Fisch

6 Goldbuttfilets (ca. 450 g)
½ TL Salz
1 EL Crème fraîche
2 EL Estragon, zerpflückt



Zubereitung:

Sauce

Butter in einer Pfanne warm werden lassen. Schalotte andämpfen, Randensaft dazugießen, aufkochen. Hitze reduzieren, Flüssigkeit auf ca. 2 dl einkochen, absieben. Butter und Mehl mit einer Gabel gut mischen. Randensaft aufkochen, Hitze reduzieren. Mehlbutter portionenweise unter Rühren begeben, ca. 10 Min. köcheln, bis die Flüssigkeit bindet. Randensauce würzen.

Fisch

Die Fischfilets mit der Hautseite nach oben auslegen, salzen, dünn mit Crème fraîche bestreichen. Estragon darüberstreuen. Fischfilets aufrollen quer halbieren. Ein Dämpfkorbchen in eine weite Pfanne stellen, Wasser bis knapp unter den Korbchenboden einfüllen, Fischröllchen begeben, portionenweise zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. garen. Herausnehmen, warm stellen.

Servieren: Wenig Sauce auf Teller geben, Fischröllchen darauf anrichten.

Vor- und Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Dazu passt Wildreis