



Roulade von Scholle und Lachs in Prosecco mit Wurzelgemüse - Stroh

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 40m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Althergebracht, neu überdacht, leicht und lecker

Zutaten

- 6 - 7 frische, ausgelöste Schollenfilets ohne Haut (nach Größe)
- 250 g ausgelöstes Lachsfilet in Stück, in 2 cm dicken Streifen
- 1 Gläschen Fischfond aus dem Supermarkt
- ¼ l Prosecco
- ½ Becher Crème fraiche
- ½ Becher Sahne
- 30 g Butter
- 100 g junger Freiland Blattspinat
- 1 Möhre, fein in Streifen gehobelt
- 80 g Sellerie, fein in Streifen gehobelt
- 80g Porrèe in dünnen Streifen geschnitten (Nur das Weiße)
- Saft 1/2 Zitrone
- Salz und Pfeffer

Zubereitungsart

Schritt1

Der Blattspinat:

Schritt2

Den Blattspinat putzen, mehrfach waschen und in kochendem Salzwasser 1 - 2 min. blanchieren.

Schritt3

Herausfangen, in Eiswasser abkühlen, danach abgießen und die einzelnen Blätter auf einem

Küchentuch auslegen, trocknen tupfen..

Schritt4

Die Schollen - Lachsroulade:

Schritt5

Den Fisch zunächst unter fließendem Wasser waschen, mit Küchenkrepp abtupfen. Auf einer Küchenfolie dicht an dicht und bündig auslegen, salzen, pfeffern und mit etwas Zitronensaft beträufeln.

Schritt6

Die vorbereiteten Spinatblätter gleichmäßig - bündig darüber verteilen, ebenso den Lachs in 2 cm dicken Streifen.

Schritt7

Alles mit Hilfe der Küchenfolie zu einer Roulade einrollen, gut verschließen.

Schritt8

In einen ausreichend großen Topf geben mit dem heißen Fischfond und dem Prosecco übergießen.

Schritt9

Für ca. 10 - 12 min. in den auf 180° C vorgeheizten Backofen schieben. Prüfen, keinesfalls übergaren, leicht „glasig“ halten, einmal zwischendurch wenden; heraus nehmen, warm halten.

Schritt10

Die Prosecco Soße:

Schritt11

Etwas von dem Fischfond und dem Prosecco, 5 - 6 min. reduzieren, die Sahne und Crème fraiche dazu geben.

Schritt12

Ev. leicht mit Speisestärke „sämig“ binden, nachschmecken und mit etwas kalter Butter „aufmischen“.

Schritt13

Das frittierte Wurzelgemüse:

Schritt14

Nunmehr das vorbereitete Wurzelgemüse kross bei 180 ° c frittieren, leicht Farbe nehmen lassen, auf Küchenkrepp geben, ablaufen, salzen und pfeffern.

Schritt15

Anrichtevorschlag:

Schritt16

Die Schollen - Lachsroulade ca. 2 - 3 cm dick aufschneiden und auf einem schönen Soßenspiegel anrichten.

Schritt17

Das gebackene Wurzelgemüse - Stroh über dem Fisch placieren.

Rezeptart: Warme Fischgerichte **Tags:** althergebracht, delikater, gut vorzubereiten, leicht und lecker, neu überdacht

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/roulade-von-scholle-und-lachs-in-prosecco-mit-wurzelgemuese-stroh/>