






Pochierte Schollenröllchen

 Mittel  45 min  4 Personen

Zutaten

- 4 Schollen, küchenfertig
Art.-Nr. 80234 auf
www.deutscheesee.de/shop
- 2 rote Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- Chili
- 1 EL Olivenöl
- 1 Staude Mangold
- 250 ml Fischfond
- 1 Stiel Zitronengras
- 3-4 EL Ketjap Manis (süße
Sojasauce)
- Frischer Koriander
- Kleine Holzspieße

Unser Online Shop: Lieferung bis an die Haustür

Zubereitung

Schritt 01

Schollen filetieren, so dass pro Scholle 4 längliche Stücke entstehen. Mit der Hautseite nach oben auf die Arbeitsplatte legen und von der Schwanzspitze her aufrollen. Mit Holzspießen feststecken.

Schritt 02

Zwiebeln pellen und in schmale Spalten schneiden. Knoblauch pellen und fein hacken. Beides mit etwas Chili im Öl andünsten. Mangold vom Strunk befreien. Die dicken Stiele von den Blättern abschneiden und beides separat gründlich waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Zunächst die tropfnassen Stiele zu den Zwiebeln geben und kurz mitdünsten. Sobald sie bissfest gar sind, die tropfnassen Blätter zufügen und kurz zusammenfallen lassen.

Schritt 03

Fischfond in einem weiten Topf erhitzen. Zitronengras mit einem schweren Topf platt klopfen und in den Fond geben. Schollenröllchen in den Topf setzen und mit Deckel ca. 7 Minuten bei sanfter Hitze garen.

Schritt 04

Mangoldgemüse mit Ketjap Manis abschmecken und auf 4 Teller verteilen. Die pochierten Schollenröllchen darauf anrichten und alles mit Korianderblättern bestreuen. Dazu passt Basmatireis.

Schritt 05

Mayonnaise aus dem Glas (oder selbstgemacht) nach Geschmack mit Wasabipaste verrühren und als Dip zu den Schollenröllchen reichen.

Unser Online Shop: Lieferung bis an die Haustür