

Schollen-Lachs-Röllchen mit Fenchel und Erbsenpüree

Zutaten für das Kartoffel-Stroh (für 3 Personen):

- 300 g festkochende Kartoffeln
- 500 ml Sonnenblumenöl
- Salz

Kartoffeln schälen und in feine Streifen schneiden. Mit Küchenpapier trocken tupfen und in Öl goldgelb ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen.

Zutaten für das Fenchelgemüse:

- 2 Knollen Fenchel
- 10 g Butter
- 20 ml Weißwein
- etwas Zitronensaft
- Salz
- Pfeffer

Fenchel waschen, putzen und in Streifen schneiden. Butter und Fenchel in einen Topf geben, mit Salz und Pfeffer würzen und 1 Schuss Weißwein hinzufügen. Bei mittlerer Hitze circa 6 Minuten garen. Zum Schluss mit 1 Spritzer Zitronensaft sowie Salz und Pfeffer abschmecken.

Zutaten für das Erbsenpüree:

- 200 g (TK) Erbsen
- 2 EL Butter
- 50 ml Gemüsebrühe
- Salz
- Pfeffer
- Muskatnuss

Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen und die Erbsen darin circa 10 Minuten gar dünsten. Butter dazugeben, alles mit einem Mixstab fein pürieren und durch ein Sieb streichen. Mit Butter, Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Zutaten für die Fischröllchen:

- 250 g (ohne Haut) Schollenfilet
- 150 g Lachsfilet
- 1 Bund glatte Petersilie
- 20 g Dill
- Salz
- Pfeffer

Schollenfilets leicht überlappend auf Klarsichtfolie legen. Den Lachs in dünne Scheiben schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie und Dill waschen, klein hacken und vermengen. Den Lachs darin wälzen und auf die Schollenfilets legen. Mit Hilfe der Klarsichtfolie einrollen und zusätzlich in Alufolie wickeln. Die Fischroulade in einen Topf mit Dampfeinsatz legen und 10-12 Minuten garen.

Anrichten:

Die Fischroulade vorsichtig auswickeln und in Scheiben schneiden. Den Fenchel mittig auf Teller verteilen, die Fischrollen

darauflegen und das Erbsenpüree daneben streichen. Mit dem Kartoffel-Stroh garnieren.

Sendung/Quelle: Familien-Kochduell

Sendetermin: 05.08.2022

Koch/Köchin: Adriane Prantl

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen