

Limandes-Thunfisch-Roulade

Zutaten für 2 Personen

Rouladen:

2 Limandesfilets
4 Scheiben Thunfisch, geräuchert
2 große Kohlrabiblätter
1 EL Butter
1 EL Olivenöl

Sauce:

100 ml Fischfond
100 ml Krustentierfond
50 ml Weißwein trocken
2 cl Noilly Prat
75 ml Sahne

Limandesfilets waschen und mit Küchenkrepp trocknen. Kohlrabiblätter 5 Minuten in kochendem Wasser blanchieren, kalt abbrausen, trocknen und den Strunk in der Mitte herausschneiden.

Limandesfilets erst mit dem Kohlrabiblatt, dann mit den Thunfischscheiben belegen. Aufrollen und mit einem Zahnstocher fixieren. Ganz wichtig ist, dass die Hautseite belegt und nach innen aufgerollt wird, sonst hält die Roulade nicht zusammen. Aus den Filets herausstehende Blätter oder Thunfischscheiben wegschneiden.

Butter in einer kleinen Pfanne schmelzen, Olivenöl dazugeben und die Rouladen rundherum anbraten. Deckel auf die Pfanne legen und bei ausgeschalteter Platte durchgaren lassen. Salzen wird nicht nötig sein, weil der Räucherfisch salzig genug ist. Zahnstocher vor dem Servieren entfernen.

Fisch- und Krustentierfond, Weißwein und Noilly Prat in einer Stielkasserolle aufkochen und um die Hälfte reduzieren. Sahne zugießen und alles sämig einkochen. Eventuell mit etwas Zitrone abschmecken.

Als Beilage dazu einen Ananas-Ingwer-Reis.