

Wirsingroulade mit Fischfüllung

Für 4 Personen
Zubereitungszeit:

ergibt circa 8 Wirsingrouladen
75 Minuten

Zutaten:

450 g Rotbarschfilet (o. Haut)

8 mittelgroße Wirsingblätter

Salz

1 Zitrone bio

150 g Schlagsahne
Eiweiß

40 g Semmelbrösel
Pfeffer

Küchengarn

1 EL Butterschmalz

500 ml Gemüsefond

0,1 g Safranfäden

2 TLMehl

1 EL Butterschmalz

Zubereitung:

Die Fischfilets abspülen, trocken tupfen und in Folie gewickelt für 20 min ins Gefrierfach legen.

Die Wirsingblätter abspülen und den harten Mittelstrunk herausschneiden. Die Blätter in kochendes Salzwasser geben und etwa 1 min vorkochen. Mit einer Schaumkelle herausheben, abtropfen lassen und trocken tupfen.

Die Zitrone heiß abspülen, trocken tupfen und die Schale fein reiben. Den Saft auspressen. Fischfilet in Würfel schneiden und mit der Schlagsahne, 1 abgeriebener Zitronenschale, 1-2 EL Zitronensaft, Eiweiß, Semmelbrösel, Salz und Pfeffer im Mixer fein pürieren.

Die Wirsingblätter nebeneinander ausbreiten, die Fischfüllung mittig auf die Blätter geben. Blätter von 2 Seiten über die Füllung schlagen. Blätter und Füllung wie eine Roulade aufrollen und mit Küchengarn zusammenbinden.

Butterschmalz in einem Bräter erhitzen und die Rouladen darin rundherum braun anbraten. Den Gemüsefond dazugießen, aufkochen und alles im geschlossenen Bräter bei kleiner Hitze etwa 20-25 min köcheln lassen. Die Rouladen aus dem Bräter nehmen und warm stellen.

Den Safran in 2 EL Wasser einweichen. Den 2 TL 2 Schmorfond bei starker Hitze aufkochen. Mehl und Butterschmalz verkneten und in kleinen Flöckchen mit einem Schneebesen in die kochende Sauce rühren und damit binden. Safran mit dem Einweichwasser unterrühren.

Die Sauce etwa 5 min köcheln lassen, mit Salz und Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Die noch warmen Wirsingrouladen in die heiße Sauce geben und darin erwärmen.