

Fisch im Rüeblibett mit Crevetten

Die Kombination aus Rüeblen, Fisch und Senf ist sehr spannend und gibt dem Menu eine besondere Note. Meine Familie ist begeistert.



Menge

Für 4 Personen

Zutaten

- 800g Flunderfilets, tiefgekühlt
- 500g Rüeblen
- 1dl Weisswein
- Zitronensaft
- Pfeffer, Salz
- 100g Crevetten, tiefgekühlt
- 2TL Maizena
- 1 Becher Halbrahm
- 1 EL Senf oder nach Belieben
- 1 Bund Dill



STEP 1 Die Flunderfilets und Crevetten auftauen lassen.

STEP 2 Die Rüeblen schälen, in Julienne schneiden, in eine gefettete Gratinform legen (ein paar für die Garnitur zurückbehalten) und mit dem Wein übergossen. Den Ofen auf 200°C vorheizen.

STEP 3 Die Flunderfilets der Länge nach halbieren, mit Zitronensaft beträufeln, würzen, rollen und in die Rüeblen einbetten. Die Crevetten darüber verteilen.

STEP 4 Für den Guss das Maizena mit dem Halbrahm und dem Senf glattrühren, würzen und über den Fisch giessen. In der unteren Ofenhälfte ca. 25 Minuten garen.

STEP 5 Den Dill fein hacken und darüberstreuen. Mit den restlichen Juliennes garnieren. Dazu passen Reis oder Salzkartoffeln.



Hinweis

Statt nur Rüeblen kann auch noch anderes Gemüse wie Stangensellerie oder Peperoni verwendet werden.



Rezept von
ROMAN MÜLLER

