

Maischollen Röllchen im Mangoldmantel mit Rucola Sauce

Zubereitungszeit: **20 min.**

Portionen: **4**

Zutaten

200 g Lachsforelle
3 Stk. Maisschollenfilet
12 Stk. Mangoldblätter
1 EL Limettensaft

Rucola Sauce

250 ml Sauerrahm
50 g Rucola
1 TL Limettensaft

Weiteres

Salz
Pfeffer
Butter (zerlassen)



Zubereitung

1. Mangoldblätter kurz in Salzwasser blanchieren, die Stiele entfernen. Schollenfilets halbieren und zwischen einem aufgeschnittenen Tiefkühlsäckchen behutsam klopfen. Lachs Forelle der Länge nach in 4 gleich lange, ca. 1 1/2 cm dicke Stücke schneiden und mit Salz, Pfeffer und Limettensaft würzen.
2. 2 Stück (je 40 cm lang) Frischhaltefolie mit Butter oder Öl bestreichen. Die Mangoldblätter leicht überlappend darauf ausbreiten. Jeweils die Hälfte der Schollenfilets ein wenig überlappend auf den Mangold legen. Filets salzen, pfeffern, am unteren Ende mit Lachs belegen und mit Hilfe der Folie straff einrollen. Fischrollen in der Folie einrollen, die Enden zusammendrehen und die Rolle danach in Alufolie einwickeln und die Enden fest eindrehen.
3. In einem flachen Topf Wasser aufkochen. Fischröllchen darin unter dem Siedepunkt ca. 15 Minuten ziehen lassen. Fischröllchen aus dem Wasser heben.
4. Während der Fisch gart, den Rucola in Stücke schneiden, mit dem Sauerrahm vermischen und mit einem Stabmixer pürieren. Sauce mit Salz, Pfeffer und Limettensaft würzen.
5. Fischröllchen aus der Folie wickeln, in Scheiben schneiden, mit der Sauce anrichten.