



Spitzkohlrouladen mit feiner Fischfüllung

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 25m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 45m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '45', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '25m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Die leichte, herzhaft Alternative zur herkömmlichen Kohlroulade, einfach einmal ausprobieren.

Zutaten

- 8 große Blätter Spitzkohl (2 Rouladen p. P.)
- Für die Füllung:
- 300 g taufrisches Fischfilet, z. B. Rotbarsch, Kabeljau, Steinbeißer oder Zander
- 200 g Lachsfilet, küchenfertig in 2 cm großen Würfeln
- 2 Eigelbe
- 150 ml kalte Sahne für die Farce
- 100 ml geschlagene Sahne zum Auflockern der Farce
- 1 Zitrone, Saft und etwas Abrieb
- Salz, etwas gemahlener Chili, Cayenne oder Pfeffer
- Für die Schnittlauchsahne:
- 200 ml Fischfond aus dem Supermarkt
- 50 ml Hühnerbrühe
- 4 Cl trockener Weißwein
- 2 El Crème fraîche
- 1 El kalte Butter mit 1 kleinen Bündchen gehackten Schnittlauch vermischt

Zubereitungsart

Schritt1

Schritt2

Die Vorbereitungen:

Schritt3

Zunächst den Spitzkohl waschen und 8 schöne, gleichmäßig große Blätter in kochendem Salzwasser

2 - 3 min. blanchieren.

Schritt4

Sofort in kaltem Wasser abkühlen, auslegen und die groben Strünke weg schneiden.

Schritt5

Die Fischfüllung:

Schritt6

Den Fisch zunächst unter fließendem Wasser waschen, trocken tupfen.

Schritt7

Den Lachs in 2 cm große, gleichmäßige Würfel schneiden.

Schritt8

Die Weißfische in grobe Würfel

Schritt9

Würzen und mit etwas Zitronensaft marinieren.

Schritt10

In einer Küchenmaschine oder mit dem Stabmixer fein pürieren, dabei die Sahne einlaufen lassen, bis eine gewisse Bindung eingetreten ist..

Schritt11

Die Masse ev. noch durch ein feines Küchensieb streichen und die Lachswürfel unterheben. Alles mit der geschlagenen Sahne auflockern und als Nocken auf den Spitzkohlblättern verteilen.

Schritt12

Seitlich etwas einschlagen, aufrollen, mit den Kohlblättern umhüllen.

Schritt13

In eine ausreichend große Auflaufform oder flachen Topf geben, leicht überwürzen. Mit dem Fischfond und der Brühe an gießen, 8 - 10 min. bei geschlossenem Deckel dünsten, garen.

Schritt14

Heraus nehmen, vorerst warm halten und sich der Schnittlauchsoße widmen.

Schritt15

Die Schnittlauchsahne:

Schritt16

Den Pochierfond mit Crème fraiche und dem Weißwein verkochen, auf die benötigte Menge reduzieren, ev. leicht mit etwas Speisestärke „sämig“ binden.

Schritt17

Die kalte Schnittlauchbutter kurz vor dem Servieren schaumig unter mixen, pikant nachschmecken.

Schritt18

Anrichtevorschlag:

Schritt19

Gern richte ich die Spitzkohlrouladen auf einem „schmackigen“ Kartoffelpürée an, garniere mit einigen krossen Schinkenchips,

Schritt20

und gebe die Schnittlauchsoße drum herum.

Schritt21

Rezeptart: Fischgerichte **Tags:** farce, fisch, frisch, lachs, nocken, pikant, skrei, sylt

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/spitzkohlrouladen-mit-feiner-fischfuellung/>