

Rezept des Monats

September 2008

Rotzunge Veronique

Für 4 Personen:

800 gr. Rotzungenfilet (oder 4 ganze Rotzungen)
300 ml Fischfond, 100 ml Weißwein
1 Schalotte, in dünne Scheiben geschnitten
1 Lorbeerblatt, 8 schwarze Pfefferkörner, 2 Stengel Petersilie
3 TL Butter, 3 TL Mehl, 125 ml Milch, 80 ml Sahne
150 gr. wisse Trauben (am Besten kernlose)

Filets mit der Hautseite nach innen aufrollen (ganze Fische natürlich nicht!), mit Zahnstochern feststecken. In eine gefettete Form legen. Fond, Wein, Schalotte, Petersilie, Lorbeer und Pfeffer mischen und über den Fisch gießen, mit gefetteter Alufolie abdecken.

Bei 180° im Backofen 12 – 16 min. backen. Röllchen oder Fisch vorsichtig herausheben und in einer anderen Form warmstellen. Den Sud im Topf kräftig auf die Hälfte einkochen, durch ein feines Sieb abgießen.

Die Butter in einem Topf schmelzen, das Mehl einrühren und hell aufschäumen lassen. Unter kräftigem Rühren nach und nach Sud, Milch und Sahne zugeben und bis zur gewünschten Konsistenz einkochen.

Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen, dann die Trauben hinzufügen und kurz erhitzen. Die Sauce über den Fisch geben und mit Reis oder Salzkartoffeln servieren.

Tipps:

- geht auch prima mit Schollen- oder Flunderfilet oder natürlich mit weißer Seezunge
- perfekt ist es, wenn die Trauben geschält sind (kurz überbrühen und vorsichtig schälen), geht aber auch mit Haut (je nach Geschmack halbiert in die Sauce geben)