

November 2015

# Gerollte Fischfilets an leichter Gorgonzola-Sauce

Hauptgericht für 4 Personen

## TIPP:

Gleichzeitig im Dampfgargerät Trockenreis oder Salzkartoffeln zubereiten

**1 mittlerer Lauchstängel, ganz**

halbieren, unter dem fliessenden Wasser gut ausspülen, danach in 5mm dünne Ringli schneiden

In eine Gratinform geben und im Dampfgarer während 15 Min. weichlich dämpfen (100 Grad), herausnehmen

## SAUCE:

**1dl Rahm**

**1 gehäufte EL Mascarpone-Gorgonzola**

**1dl angerührte Gemüsebouillon**

**1 gehäufte TL Maizena- Express hell**

**Pfeffer aus der Mühle, Salz**

zusammen mischen, evtl. kurz mit dem Stabmixer zu einer homogenen Masse vermengen

Sauce über dem Lauch verteilen, mischen

**8 kleine Fischfilets zum Rollen**

**(z. B. Felchen, Egli..)**

**1 EL flüssige Butter**

Fischfilets einseitig damit fein bestreichen

**wenig Zitronensaft**

**Salz, Pfeffer aus der Mühle**

würzen, danach die Fische satt einrollen und auf eine gelochte, gefettete Schale legen, nur wenn nötig mit einem Zahnstocher befestigen

## FERTIGGAREN:

Gerollte Fischfilets und Lauchgemüse mit der Sauce nebeneinander im Dampfgargerät bei 90 Grad weitere 12 Min. fertig garen. (Reis total ca. 30 Min. / Kartoffeln 15- 20 Min.)

## ANRICHTEN:

Fischröllchen auf der Sauce anrichten, mit der Beilage servieren und mit Kräutern ausgarnieren.