

**Frisch gekocht**  
**Mittwoch, 28. Dezember 2016**



**Rezept von Alexander Fankhauser**

**Rollmops**

**45 Minuten (ohne Marinierzeit)/ aufwendig**



---

### **Zutaten für 4 Personen**

12 junge Heringe oder bretonische Sardinen, 1/2 l trockener Weißwein (z.B. Riesling), 50 g Zucker, 1 EL Essig, 2 Lorbeerblätter, 1 Zweig Thymian, 2 Nelken, 1 Karotte, 1 Stück Lauch, 2 kleine Zwiebeln, 1 kleines Stück Sellerie, grobes Meersalz und Pfeffer, 1 Zitrone, 1 roter Paprika, 1 Gewürzgurke.

Für die Krencreme: 75 g Kren (frisch gerieben), 125 ml Fischfond, 325 g Mayonnaise, 2 EL Senf, Salz, Pfeffer.

Für die Zwiebelsauce: 5 cl Fischfond, 2 cl Zwiebelsaft, 150 ml Mayonnaise, 1 TL Senf, Salz, Pfeffer.

### **Zubereitung**

Die Fische filetieren und entgräten. Die hintere Schwanzflosse kann man als Dekoration dranlassen. Weißwein, Zucker, Essig, grobes Meersalz und Pfeffer nach Geschmack in einen Topf geben und mit den Kräutern, Gewürzen und dem klein geschnittenen Gemüse in etwa 30 Minuten auf die Hälfte einkochen.

Paprika entkernen, unter dem Backrohrgrill so lange grillen, bis die Haut schwarz ist und sich leicht abziehen lässt.

Die Fischfilets jeweils mit einem Streifen gegrillten, roten Paprika sowie einem Streifen Gewürzgurke belegen. Die Filets zusammenrollen und mit kleinen Holzspießen feststecken. Die Rollmöpse so nah aneinander wie möglich in ein tiefes Gefäß legen. Den kochenden Gewürzsud samt Gemüse darauf gießen. 4 fein geschnittene Scheiben Zitrone darauflegen und ziehen lassen.

Für die Krencreme frisch geriebenen Kren, Fischfond, Mayonnaise, Senf, Salz und Pfeffer mixen, danach durch ein feines Sieb passieren und abschmecken.

Für die Zwiebelsauce Fischfond, Zwiebelsaft, Mayonnaise, Senf, Salz und Pfeffer zu einer glatten Sauce rühren.

Rollmöpse mit Krensauce und Zwiebelsauce servieren.

