



Zander-Rollmops gefüllt mit Blattkohl in Zitronen-Zwiebelsauce mit Dille

Zutaten (4 Personen):

Zander-Rollmops

- 4 Zanderfilets à ca. 150 g, **mit oder ohne Haut**, grätenfrei
- Salz
- 8–12 Blatt **Blattkohl** je nach Größe
- Küchengarn oder Zahnstocher

Zitronen-Zwiebelsauce

- 1 weiße Zwiebel, in Ringe geschnitten und knusprig frittiert
- 1 zwiebel, fein gewürfelt
- 30 g Butter
- 100 ml trockener Wermuth
- 200 ml Fischfond
- 100 ml Schlagobers
- Saft und Schale von ½ Bio-Zitrone (nach Geschmack)
- ½ Bund frische Dille, fein gehackt
- Salz

Zubereitung:

1. Blattkohl vorbereiten

Blattkohlblätter in **kräftig gesalzenem Wasser** 1–2 Minuten blanchieren, sofort in Eiswasser abschrecken. Dicke Blattrippen flach drücken.

2. Zander-Rollmops füllen & rollen

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Zanderfilets salzen.

Jeweils 1–2 Blattkohlblätter auflegen.

Von der schmalen Seite **fest einrollen** und mit Garn oder Zahnstocher fixieren.

3. Zitronen-Zwiebelsauce

Butter in einer Sauteuse zerlassen, Zwiebel **ohne Farbe** glasig dünsten.

Mit Wermuth ablöschen, etwas einkochen.

Fischfond zugeben, auf etwa die Hälfte reduzieren.

Schlagobers einrühren, kurz sanft köcheln lassen.

Mit Salz, Zitronenzeste und Zitronensaft fein abschmecken.

3. Zander-Rollmops garen

Die Rollmöpse in die Sauce legen.

10 Minuten sanft pochieren

(alternativ in der Pfanne mit Deckel ziehen lassen – **nicht kochen**).

Zander-Rollmöpse aus dem Sud nehmen, Fixierung entfernen, Dile zur Sauce geben und mit dem Zander Rollmops und frittierten Zwiebel anrichten.

Anrichten & Küchentipps

- Ideal dazu: **Petersilienerdäpfel**, **Butterreis** oder **Erdäpfel-Sellerie-Püree**.