

Köhler-Röllchen in Weinsoße

(von Jörg Hähn)

Zutaten:

200 g Seelachsfilet

(Köhler, aber keinesfalls Alaska-Seelachs! Köhler ist eine Dorschart aus dem Nordatlantik, wird aber häufig unter dem Namen Seelachs vermarktet!)

Zitronensaft

Salz

Margarine

30 g Butter

30 g Weizenmehl

250 ml Wasser

5 EL Weißwein

1 Prise Zucker

Zubereitung:

Die Seelachsfilets (Köhlerfilets) waschen, abtrocknen, mit Zitronensaft beträufeln und etwa eine halbe Stunde stehen lassen. Dann das Filet trocken tupfen, mit Salz bestreuen und in nicht zu kleine Streifen schneiden. Anschließend die Fischstreifen aufrollen, mit Holzstäbchen feststecken und in eine mit Margarine gefettete Auflaufform legen.

Für die Weinsoße die Butter zerlassen und das Weizenmehl unter Rühren so lange darin erhitzen, bis es hellgelb ist. Dann Wasser hinzugießen und alles mit einem Schneebesen durchschlagen. Die Soße zum Kochen bringen, den Weißwein hinzufügen und alles mit Salz, Zitronensaft und Zucker abschmecken.

Die Weinsoße über die Fisch-Röllchen gießen und die Auflaufform auf dem Rost in den auf 200 Grad (Gas: Stufe 2 bis 3) vorgeheizten Backofen schieben. Den Seelachs (Köhler) darin etwa 25 bis 30 Minuten garen lassen.

Die Köhler-Röllchen kann man beispielsweise mit Reis servieren.