Schmeck den Süden
Baden-Württemberg

Edle Kombi: Spinatcremesuppe mit Lachsforellen-Mosaikrouladen

Edle Resteverwertung

Mit etwas Fantasie und Sorgfalt lassen sich aus „Resten“ wunderbare Gerichte zaubern, die das Auge und den Gaumen erfreuen. Bei vielen Fischzubereitungen fallen Fischabschnitte an, aus denen sich Fischküchle (Frikadellen), Fonds und Suppeneinlagen ableiten lassen. Eine besonders schöne Suppeneinlage sind die Fisch-Mosaikrouladen. Dazu werden die frischen Fischabschnitte in getrockneten Kräutern gewälzt und straff in Folie eingewickelt. Natürlich können auch ganze Filets verwendet werden. Diese müssen dann nur noch entgrätet und in Streifen geschnitten werden. Wichtig ist, dass möglichst keine Luftlöcher zwischen den Fischstreifen entstehen. Im Dampfgarer oder Ofen gart die Rolle bei niederen 50-60°C und behält so die appetitliche Farbe. Da hier mit sehr niedrigen Temperaturen gearbeitet wird, muss der Fisch sehr frisch sein, sozusagen Sushi-Qualität. Statt Lachsforelle können auch Saibling und Forelle verwendete werden. Wer möchte, bepinselt die Filets zusätzlich mit heimischem Gin. Das Aroma ist herrlich.

Hier die heutige Rezeptur für „**Spinatcremesuppe mit Lachsforellen-Mosaikrouladen“:**

Zutaten

- 250 g Lachsforellen- oder Saiblingsfilet
- 2-3 EL getrockneter Bärlauch oder Petersilie
- Wer hat: 1 TL Fischgewürz
- 250 g Blattspinat, gewaschen
- 1 Zwiebel, geschält und gewürfelt
- 1 kleine Kartoffel, geschält und gewürfelt

- 1-2 Knoblauchzehen, geschält und gewürfelt
- 125 g Creme fraiche
- 25 g Butter
- 600 ml Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- Wer möchte: 50 ml Essiggurkenwasser (oder Dillgurkenwasser)
- Extra: Petersilie, Kürbiskernöl und Brot zum Servieren

Zubereitung

Die Fischfilets in fingerdicke Streifen schneiden.

Die getrockneten Kräuter fein mixen und mörsern (alternativ zwischen den Handflächen zerstauben).

Gemahlene Kräuter mit etwas Salz und Fischgewürz mischen und die Fischstreifen darin wälzen.

Von einer Klarsichtfolie einen ca. 25 cm langen Streifen auf die Arbeitsfläche legen.

Die Fischstreifen im unteren Drittel zu einer „Wurst“ legen, dabei die Luft zwischen den Streifen, mit den Händen, heraus streifen. Alles straff zu einer Rolle eindrehen. Die Enden eindrehen und somit die Rolle festigen. Mit einem Messer ein paar kleine Löcher einstechen und die Rolle im Ofen (besser Dampfgarer) bei 55°C ca. 30 Minuten sanft garen.

In der Zwischenzeit die Zwiebel-, Knoblauch und Kartoffelwürfel mit Butter in einem Topf 1 Minute glasig braten. Dann mit Brühe aufgießen und zugedeckt ca. 8-10 Minuten weich dünsten.

Nach 8-10 Minuten den gewaschenen Blattspinat zugeben und 3 Minuten zugedeckt mitkochen.

Nun Crème fraîche, Gewürze und evtl. Gurkenwasser zugeben und alles fein mixen.

Zum Servieren die Suppe in Teller verteilen.

Die Fischrollen mit einem scharfen Messer in 2,5 cm dicke Rollen schneiden, dabei die Folie noch dran lassen, damit sich die Rollen besser schneiden lassen.

Die Folie entfernen und die Röllchen in die Suppe legen.

Wer möchte, gibt noch etwas frische Petersilie und einige Tropfen Kürbiskernöl auf die Suppe.

Tipp: Dazu passt knuspriges Brot.