

## Rezept

# Fischklößchen in Krabbensauce

Ein Rezept von Fischklößchen in Krabbensauce, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>500 g</b> helles Fischfilet (z. B. Rotbarsch oder Kabeljau)	<b>1 EL</b> Zitronensaft
<b>1</b> Ei (Größe M)	<b>2 EL</b> Speisestärke
<b>2 EL</b> Sahne	<b>1 TL</b> Sardellenpaste
evtl. Semmelbrösel	Salz
weißer Pfeffer	Muskatnuss, frisch gerieben
<b>2</b> Schalotten	<b>2 EL</b> Butter
<b>2 EL</b> Mehl	<b>300 ml</b> Fischfond (aus dem Glas; ersatzweise Gemüsebrühe)
<b>175 g</b> Sahne	<b>1 Bund</b> Dill
<b>1 EL</b> Zitronensaft	<b>100 g</b> geschälte Nordseekrabben (ersatzweise kleine Garnelen)

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 360 kcal

## Zubereitung

1. Das Fischfilet kalt abspülen, trocken tupfen und in Würfel schneiden, dabei evtl. Gräten entfernen. Mit Zitronensaft beträufeln und zweimal durch den Fleischwolf drehen oder im Blitzhacker pürieren. Das Ei, die Stärke, die Sahne und die Sardellenpaste untermischen. Wenn die Masse zu weich ist, ein wenig Semmelbrösel hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Das Püree abgedeckt ca. 30 Min. in den Kühlschrank stellen.
2. Inzwischen für die Sauce die Schalotten schälen und fein würfeln. Die Butter zerlassen und die Schalottenwürfel darin glasig dünsten. Das Mehl darüberstreuen, unterrühren und hell andünsten. Den Fischfond und die Sahne angießen, unter Rühren einmal aufkochen, dann bei schwacher Hitze 10 Min. sanft kochen lassen, dabei ab und zu umrühren. Den Backofen auf 50° vorheizen.
3. In einen breiten Topf ca. 5 cm hoch Wasser füllen, erhitzen und salzen. Von der Fischmasse mit zwei Esslöffeln längliche Klöße abstechen und im sanft siedenden Wasser ca. 7 Min. garen. Mit einem Schaumlöffel auf eine Platte heben, mit etwas Kochsud beträufeln und im Ofen warm stellen.
4. Den Dill waschen und trocken schütteln, die Spitzen fein schneiden. Unter die Sauce rühren, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Krabben einrühren und in ca. 1 Min. nur gerade heiß werden lassen. Die Klößchen auf Teller verteilen und mit der Sauce übergießen. Dazu schmecken feine Eiernudeln.