Rezept

Fischröllchen in Weißweinsauce

Ein Rezept von Fischröllchen in Weißweinsauce, am 11.11.2026

Zutaten

8	kleine Flussbarschfilets (à ca. 100 g)
2 EL	Sahne
2	Schalotten
	1/2 Eiweiß
	Salz
2 EL	Zitronensaft
150 g	Sahne
1	Scheibe Toastbrot
	je 3-4 Stängel Kerbel und Petersilie
50 g	kalte Butter
1 EL	Noilly Prat (französischer Wermut)
	Pfeffer
150 ml	Weißwein (z. B. Fendant)

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 450 kcal

Zubereitung

1. Die Fischfilets waschen und trockentupfen. Von jedem Filet ein kleines Stück abschneiden (insgesamt ca. 100 g) und 15 Min. kühl stellen. Das Toastbrot entrinden, würfeln, mit der Sahne mischen und kühl stellen.

2. Kräuter waschen, Blättchen fein hacken. Schalotten schälen und sehr klein würfeln. Den Backofen auf 160° (Umluft 150°) stellen. Eine feuerfeste Form mit etwas Butter ausstreichen.

3. Die Fischstücke mit dem Brot und dem Eiweiß sehr fein pürieren, mit dem Noilly Prat und der Hälfte der Kräuter mischen, salzen und pfeffern. Die Fischfilets mit dem Zitronensaft beträufeln, mit der Fischmasse bestreichen und aufrollen. Die Fischröllchen salzen und pfeffern und nebeneinander in die Form legen.

4. Die Schalotten in 1 EL Butter andünsten. Mit dem Wein ablöschen und kräftig aufkochen lassen. Über den Fischfilets verteilen. Alufolie oder Butterbrotpapier leicht buttern und mit der gefetteten Seite nach unten auf die Fischröllchen legen. Fisch im Ofen (Mitte) ca. 15 Min. garen.

5. Die Sauce in einen Topf umgießen, mit der Sahne aufgießen und bei starker Hitze auf die Hälfte einkochen lassen. Die übrige Butter in kleine Stücke schneiden und unter die Sauce schlagen. Mit den restlichen Kräutern mischen, salzen, pfeffern und zu den Röllchen servieren.