

Rezept

Schwertfischröllchen

Ein Rezept von Schwertfischröllchen, am 14.12.2025

Zutaten

- | | | | |
|---------------|---|-------------|----------------------------|
| 8 | dünne Scheiben Schwertfisch (je ca. 90 g) | 1 EL | Rosinen |
| 2 EL | Pinienkerne | 2 | Sardellenfilets in Öl |
| 1 Bund | Petersilie | 2 | Knoblauchzehen |
| 5 EL | Olivenöl | 1 | Ei |
| 3 EL | frisch geriebener Pecorino | | Parmesan oder Caciocavallo |
| 4 EL | Semmelbrösel | | Salz |
| | Pfeffer | 1 | große Zitrone |
| 4 | Lorbeerblätter (am besten frisch) | | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 650 kcal

Zubereitung

1. Schwertfisch waschen und trocken tupfen. 2 Scheiben in sehr kleine Würfel schneiden. Rosinen mit warmem Wasser bedecken und kurz quellen lassen.
2. Pinienkerne ganz fein hacken. Sardellen fein hacken. Petersilie waschen, Knoblauch schälen. Beides ebenfalls sehr fein hacken. Alles mit 2 EL Olivenöl mischen. Rosinen abtropfen lassen, mit einer Gabel zerdrücken und mit den Schwertfischwürfelchen und den Sardellen vermischen. Ei, Käse und Semmelbrösel hinzufügen und alles zu einer glatten Masse verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Den Backofengrill auf höchster Stufe anheizen. Die Schwertfischscheiben der Länge nach halbieren, jeweils mit der Masse bestreichen. Schwertfischscheiben aufrollen und mit Zahnstochern feststecken (falls sie nicht von selbst halten).
4. Röllchen nebeneinander in eine ofenfeste Form geben. Zitrone auspressen. Saft mit dem übrigen Öl cremig rühren, mit Salz und Pfeffer würzen und über die Schwertfischröllchen trüpfeln. Lorbeerblätter dazulegen. Schwertfischröllchen im heißen Ofen unter den glühenden Grillschlangen etwa 10 Min. garen, bis sie gebräunt sind. Dabei einmal wenden. Die Röllchen heiß servieren.