

Rezept

Seezungenröllchen mit Champagner

Ein Rezept von Seezungenröllchen mit Champagner, am 15.04.2026

Zutaten

1 Scheibe Weißbrot vom Vortag (etwa 40 g)	200 g Sahne
2 EL Noilly Prat (nach Belieben)	1/2 Bio-Zitrone
1 Handvoll Kerbel (auch fein: 3-4 Blätter Sauerampfer)	Salz
Pfeffer	12-16 Seezungenfilets (etwa 600 g)
60 g Butter	2 Schalotten
3/8 l Champagner (ersatzweise geht auch ein guter Sekt, z. B. Rieslingsekt)	12 Zahnstocher

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 500 kcal

Zubereitung

1. Vom Brot die Rinde abschneiden. Das Brot würfeln und in einer Schüssel mit 6 EL Sahne und eventuell dem Noilly Prat beträufeln und 10 Minuten stehen lassen.
2. Die Zitronenhälfte heiß waschen und abtrocknen, die Hälfte der Schale fein abreiben, 2 TL Saft auspressen. Kerbel waschen und trockenschütteln, die Blättchen von den Stielen abknipsen und fein hacken. Das Brot fein pürieren. Zitronenschale und Kerbel untermischen, die Brotmasse salzen und pfeffern.
3. Seezungenfilets waschen und trockentupfen. Mit der Seite, an der die Haut war (es ist die glattere), nach unten auf ein Küchenbrett legen. Die Brotmasse ganz dünn auf dem Fischfleisch verstreichen. Fischfilets aufrollen, die Enden mit den Zahnstochern feststecken und die Röllchen salzen und pfeffern.
4. Einen Dämpfeinsatz mit wenig Butter einstreichen, die Röllchen nebeneinander hineinssetzen und auf jedes Röllchen ein kleines Stück Butter legen.
5. Schalotten schälen und fein hacken. Mit dem Champagner und 50 ml Wasser in einen Topf geben und den Sud kräftig aufkochen lassen. Dämpfeinsatz hineinssetzen, den Deckel auflegen und die Seezungenröllchen über dem heißen Dampf etwa 5 Minuten garen. Dann zugedeckt warm stellen.
6. Sud durch ein Sieb in einen Topf gießen, in 2-3 Minuten bei starker Hitze auf die Hälfte einkochen. Die übrige Sahne unterrühren und leicht einkochen. Restliche Butter klein würfeln und unterschlagen. Sauce mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Fischröllchen auf vorgewärmte Teller legen, die Sauce darüberlöffeln. Am besten mit Reis und Blattspinat servieren.