



Restaurant

Natur erleben & genießen

Kölnner Straße 6 • 53489 Sinzig

info@vieux-sinzig.com • www.vieux-sinzig.com

Lachs- und Kabeljauroulade mit Mangold und Le Puy Linsen

Für 4 Personen:

8 Stück Lachsfilet ohne Haut à 80 g
8 Stück Kabeljaufilets à 80 g
8 große Mangoldblätter
400 g gekochte Le Puy Linsen

Sauce:
250 g Fischfonds
50 ml Weißweinessig
100 g Schalotten
250 g Butter
Meersalz
Pfeffer

Füllung:
250 g Champignons
50 g Schalotten
25 g Butter
25 g Schnittlauch

Für die Füllung die Champignons und Schalotten in kleine Würfel schneiden. In Butter anbraten, mit Meersalz und Pfeffer abschmecken, den fein geschnittenen Schnittlauch unterheben und abkühlen lassen.

– Für die Fischsauce die Schalotten in kleine Würfel schneiden. Mit Weißweinessig aufkochen, auf ca. 120 ml reduzieren und sieben. Mit kalten Butterstückchen aufmontieren. Mit Meersalz und Pfeffer abschmecken und warm stellen. Die Schalotten wieder dazu geben.

– Für die Roulade den Mangold kurz in Salzwasser kochen. Mit kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. In Butter leicht anschwanken und würzen. Auf ein Stück Frischhaltefolie auslegen. Den Lachs und Kabeljau würzen. Eine Scheibe Lachs auf den Mangold legen und einen Esslöffel Champignonfüllung aufsetzen. Das Kabeljaufilet auflegen.

Alles sorgfältig rollen und mit der Frischhaltefolie einwickeln. Ca. 10 Minuten bei 80 Grad medium garen (Kerntemperatur ca. 48-50°).

– Linsen in etwas eigenem Fonds erhitzen. Abschmecken.

– Zum Anrichten die Linsen auf die Teller verteilen. Die Sauce aufschäumen und je 3 Esslöffeln auf den Tellern verteilen. Die Roulade halbieren und an die Linsen anlegen.