

# Saibling mit Zucchini-Mangold-Röllchen, Honig-Senf-Dip

**Für zwei Personen**

**Für die Kartoffeln:**

500 g neue kleine Kartoffeln	70 g Butter	$\frac{1}{2}$ Bund Möhrengrün
Salz	Pfeffer	

**Für den Fisch:**

2 Saiblingsfilets, à 180 g	2 Knoblauchzehen	6 Zweige Thymian
3 Zweige Rosmarin	Olivenöl	Salz, Pfeffer

**Für die Röllchen:**

1 mittelgroße Zucchini	300 g Mangoldblätter	1 Zwiebel
3 EL Butter	Olivenöl	Salz, Pfeffer

**Für den Dip:**

2 EL Wildblütenhonig	3 TL mittelscharfer Senf	3 EL dunkler Balsamicoessig
3 Zweige Dill	Salz	Pfeffer

**Für die Kartoffeln:**

Kartoffeln waschen, schälen und in kochendem Salzwasser ca.15 Minuten weichkochen. Abgießen und abtropfen lassen. Butter in einer Pfanne schmelzen. Möhrengrün abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und grob hacken. Kartoffeln in die Pfanne geben und in der zerlassenen Butter ca. 5 Minuten braten. Möhrengrün zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für den Fisch:**

Fisch waschen, trocken tupfen und evtl. noch vorhandene Gräten mit einer Pinzette entfernen. Salzen und pfeffern. Kräuter abbrausen, trockenwedeln. Knoblauch mit der Schale andrücken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch und Kräuter zugeben und den Fisch darin 3-4 Minuten bei mittlerer Hitze auf der Hautseite braten. Dann Fisch wenden und auf der anderen Seite ca. 1 Minute zu Ende garen.

**Für die Röllchen:**

Zucchini putzen, Enden entfernen und der Länge nach in dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Scheiben darin unter Wenden kräftig anbraten. Herausnehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Mangold putzen, waschen, Strunk keilförmig herausschneiden. Zwiebel abziehen, klein hacken. Butter in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel und Mangold darin dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mangoldmasse auf den Zucchinischeiben verteilen und anschließend zu Röllchen aufrollen.

**Für den Dip:**

Dill abbrausen, trocken wedeln, Fähnchen abzupfen und grob hacken. Essig, Honig und Senf verrühren. Dill unterrühren. Dip mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Saibling mit Zucchini-Mangold-Röllchen, Honig-Senf-Dip und Kartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Alexander Mitterer am 25. September 2017