

Seezungen-Röllchen mit Physalis, Tomaten, Estragon-Pesto

Für zwei Personen

Für die Röllchen:

4 Seezungenfilets ohne Haut à 80 g	1 Stange Lauch	1 Karotte
4 Stangen Frühlingszwiebeln	2 Stangen Zitronengras	1 Schalotte
1 EL Pinienkerne	20 ml Weißwein	200 ml Fischfond
$\frac{1}{2}$ TL Zucker	1 TL Butter	1 Prise Piment-d'Espelette
Salz		

Für das Ragout:

200 g Cherrytomaten	75 g getrocknete Tomaten	80 g Physalis
1 EL Honig	40 ml Fischfond	40 ml weißer Balsamico
1 TL Butter	4 Zweige Estragon	4 Zweige Rosmarin
1 Prise Piment-d'Espelette	20 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Pesto:

1 Bund Estragon	50 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer
-----------------	----------------	---------------

Für das Pesto den Estragon abbrausen, trockenwedeln und die Blätter abzupfen. Die Blätter mit Olivenöl in einer Moulinette aufmixen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Fisch die Seezungenfilets mit Zucker, Piment d'Espelette und Salz würzen und einrollen. Die Fischröllchen in einer Pfanne mit wenig Öl bei geringer Hitze langsam dünsten.

Karotten schälen und von den Enden befreien und fein hacken. Lauch und Frühlingszwiebeln waschen, putzen, von der äußeren Schale befreien und in feine Ringe schneiden. Gemüse in die Pfanne geben und mitrösten. Zitronengras andrücken, dazugeben und mit Fischfond auffüllen. Fünf Minuten köcheln lassen und den Sud durch ein Sieb passieren.

Für die Sauce Schalotten abziehen, fein hacken und in einem Topf mit Butter glasig dünsten. Mit Weißwein ablöschen, reduzieren lassen und mit dem Fischsud auffüllen. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl anrösten, zum Sud geben und mit eiskalter Butter aufmontieren.

Für das Ragout die Physalis halbieren in einem Topf mit Butter leicht anschwitzen, Honig hinzugeben und mit Fischfond auffüllen. Estragon und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und mit Tomaten und Balsamico dazugeben. Kräftig salzen und pfeffern.

Die Seezungen-Röllchen mit Physalis, Tomaten und Estragon-Pistou auf Tellern anrichten und servieren.

Katrin Papra am 25. Oktober 2016