

# Kabeljau-Gemüse-Auflauf

## Für 4 Portionen:

600 g Kabeljaufilet	3 EL Zitronensaft	1 EL Butter
1 EL Dinkel-Vollkornmehl	250 ml Milch (3,5%)	Salz, Pfeffer
Muskat	1 TL m.-scharfer Senf	$\frac{1}{2}$ TL Currypulver
200 g Möhren	100 g Porree	4 Stiele Dill
2 EL Crème-fraîche		

Fischfilets waschen, trocken tupfen und mit Zitronensaft beträufeln.

Inzwischen Butter in einem kleinen Topf bei kleiner Hitze schmelzen. Mehl einrühren, 1-2 min. anschwitzen, Milch angießen und mit einem Schneebesen unterrühren. Sauce aufkochen und 10 min. bei kleiner Hitze köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Senf und Curry würzen.

Möhren schälen und in feine Scheiben hobeln.

Porree putzen, waschen und in sehr dünne Ringe schneiden. Dill waschen, trocken schütteln, Fähnchen abzupfen und grob hacken.

Möhren und Lauch in eine Auflaufform geben und die Fischstücke darauf legen und mit Dill bestreuen.

Crème fraiche unter die Sauce ziehen. Sauce abschmecken und über den Fisch gießen. Im auf 180 °C vorgeheizten Backofen 25-30 min. gratinieren.

Herausnehmen und warm servieren.

NN am 24. April 2024