

Schollen aus dem Römertopf

Zutaten:

für 4 Personen

100g Schollenfilets
1 Zitrone; Saft
250g Krabben
4 Esslöffel Butter
250g Möhren; in Scheiben
250g Lauch; in Ringen
1 rote Zwiebel; in Ringen
1 Esslöffel Dill; gehackt
Estragon
Salz
Zucker
3 Esslöffel Mehl
1/4 Liter Milch
Pfeffer
Muskatnuss

Hier könnte Ihr Name mit Wohnort stehen. Kochen sie das Rezept nach, fotografieren sie es und schicken das Bild an fischrezepte@dstumpf.de. Das Gleiche gilt für neue Fischrezepte.

Zubereitung:

Schollen mit Zitronensaft und Salz würzen und in den gewässerten Römertopf legen. Mit Butterflöckchen belegen. Möhren, Lauch und Zwiebeln dazulegen. Mit Dill, Estragon und Zucker bestreuen.

Römertopf schließen, auf die mittlere Schiene des kalten Backofens stellen und aufheizen.

Bechamelsauce vorbereiten: Restliche Butter zerlassen, Mehl einrühren und mit der Milch aufgießen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Nach etwa 40 Minuten über die Fische geben. Fünf Minuten vor Ende der Garzeit die Krabben darüberstreuen.

Beilagen: Petersilienkartoffeln oder Reis.