

4 PERSONEN

Fisch

500 g Zanderfilet
2 Scheiben Toastbrot
1 Schalotte oder Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Bio-Zitrone
2 Eigelbe
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
evtl. etwas Semmelbrösel
je einige Zweige Petersilie,
Basilikum und
Zitronenmelisse
einige Blättchen Estragon
200 g Sahne
50 ml trockener Weißwein

ZARTE FISCHBÄLLCHEN IN KRÄUTERSAHNE

KOCHEN! DAS GELBE VON GU • NR 467.

Die Fischfilets kurz unter dem kalten Wasserstrahl abbrausen und mit Küchenpapier trockentupfen. Dann in Würfel schneiden. Das Toastbrot von der Rinde befreien und ebenfalls in Würfel schneiden. Die Schalotte oder die Zwiebel und den Knoblauch schälen und grob zerkleinern.

Fisch, Brot, Zwiebel und Knoblauch im Mixer fein pürieren (oder zweimal durch die feine Scheibe des Fleischwolfs drehen).

Die Zitrone heiß abwaschen, 1 Stück Schale abschneiden und fein hacken. Dann den Saft auspressen.

Fischartig, Zitronensaft und -schale und Eigelb vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Der Teig soll weich sein, aber gut zusammenhalten. Eventuell etwas Semmelbrösel untermischen. Mit feuchten Händen tischtennisgroße Bällchen formen und kühl stellen.

Die Kräuter abbrausen, trockentupfen, die Blätter von den Zweigen zupfen und sehr fein hacken.

Die gehackten Kräuter mit der Sahne und dem Wein in einen breiten Topf geben, mit Pfeffer und Salz würzen. Bei starker Hitze offen etwas einkochen lassen.

Die Hitze zurückschalten. Die Bällchen mit einem Schaumlöffel vorsichtig in die Sauce legen und zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 10 Minuten sanft ziehen lassen.