

Fisch in Dillsauce



Zutaten:

300 g Fischfilet
Seelachs, Dorsch
400 g Kartoffeln
25 g Dill
2 Schalotten
40 g Butter
40 g Mehl
100 ml Milch
50 ml Süßrahm
100 ml Gemüsesuppe
1 TL Senf
1 TL Sahnekren
Salz, Pfeffer
1 EL Zitronensaft

Zubereitung

Kartoffeln 30 min. kochen, schälen und warm halten. Dill entfernen, den Rest fein hacken und beiseite stellen. Die Schalotten fein würfeln und in einem Topf mit der Butter glasig anbraten. Das Mehl hinzufügen und 2-3 Minuten unter ständigem Rühren anschwitzen, bis die Mischung leicht braun wird. Die Milch und den Rahm langsam eingießen, dabei weiter rühren. Zuletzt die Gemüsesuppe hinzufügen. Die Sauce unter ständigem Rühren einkochen, bis sie eindickt, das dauert etwa 5 Min. Einen gehäuften Teelöffel Senf und Sahnekren einrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und am Schluss den Dill untermischen. Fischfilets trocken tupfen, salzen, pfeffern mit Zitrone beträufeln und in einer Pfanne mit Butter glasig garen. Fisch und Butter-Kartoffeln auf warmen Tellern anrichten mit Dillsauce angießen.



Fisch

