

Seezungenfilet in Krabbensoße

Rezept-Info:

Personenzahl:	3 Stück
Menü:	Hauptgericht
Zubereitungszeit:	30 Minuten
Schwierigkeitsgrad:	leicht

Zutaten:

500 g	Seezungenfilet oder Schollenfilet		Zitronensaft
	Salz, Pfeffer	250 g	TK-Krabben
200 ml	Fischfond	20 g	Butter
20 g	Mehl	2 Tl.	TK-Dill
2 – 3 El.	Sahne		Weißwein

Zubereitung:

Die Seezungenfilet säubern, mit Zitronensaft säuern, mit Salz und Pfeffer würzen, in einen ungelochten Behälter geben. Die Krabben darüber schichten und mit dem Fischfond auffüllen. Butter und Mehl zu kleinen Klößchen formen und hinzugeben, mit dem Dill bestreuen und bei Einstellung: 85°C, Zeit: 5-8 Min. garen. Die Sahne nach dem Garen unterheben und mit Weißwein o. Zitrone abschmecken. Dazu: Basmatireis mit frischen Kräutern, Möhren-Lauchgemüse.