

KABELJAUROLLE MIT DORATI-TOMATEN



Menù-Zutaten

100 g Dorati - TN1
100 g Pane grattugiato senza glutine (Glutenfreies Paniermehl) - 7028
10 g Fiokki - PC0
150 g Pesto di agrumi (Zitrusfrüchtepesto) - BO7

Zutaten

1 kg Kabeljau
200 g gemischter Fisch
n.B. Salz

Chef: Monica Copetti

Zubereitung

Mengenangaben für 4 Personen

200 g gemischten Fisch mixen, die Fiokki, Salz und das Zitrusfrüchtepesto dazugeben. Die Kabeljafilets, die nur auf einer Seite in die Semmelbrösel gedrückt wurden, eng nebeneinander auf ein Blatt Lebensmittelfolie (zum Sous-Vide-Garen) oder Backpapier (zum herkömmlichen Garen) legen, ohne Platz dazwischen zu lassen. Die vorbereitete Masse darüberstreichen und die Dorati-Tomaten in die Mitte setzen. Die Filets mithilfe der Folie oder des Backpapiers einrollen und sorgfältig verschließen.

Tipps

Garen im Ofen: 20 Minuten bei 180 °C. Garen in der Pfanne: 25 Minuten bei mittlerer Flamme.