

Aal Rezepte

Marinierte Aalrouladen Italienisch

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Fisch, Aal, Vorspeise, Italien, Kalt,

1	Junger Aal (ca. 1 kg, - küchenfertig, vom - Fischhändler filetiert)	1/4 Liter Fischfond (Glas o. - selbstgemacht)
	Salz	1/8 Liter Trockener Weißwein
	Weißer Pfeffer, frisch	Etwas Essig
	- gemahlen	1 Lorbeerblätter (evtl. mehr)
3	Weißer Zwiebeln	1 Zweig Thymian
1 Teel.	Fenchelsamen	30 g Kalte Butter
2 große	Möhren	Einige Kerbelzweige
1 Stange	Lauch	Schwarzer Pfeffer nach - Belieben
100 g	Knollensellerie	

1. Aalfilets mit einem Plattierisen flach klopfen. Salzen und pfeffern. Zwiebeln abziehen und 2 davon sehr klein würfeln. Zwiebelwürfel und Fenchelsamen feinhacken und die Aalfilets auf der Innenseite damit bestreichen. Aal von der Breitseite her einrollen und fest mit Alufolie umwickeln. Die Enden gut zusammendrücken. In leicht siedendem Wasser in etwa 30 Minuten gar ziehen lassen. Anschließend im Kochwasser auskühlen lassen.

2. Möhren, Lauch, Sellerie putzen. Gemüse und die übrige Zwiebel in feine Streifen (Julienne) schneiden. Fischfond, Wein und Kräuter zum Kochen bringen und die Gemüsestreifen hineingeben. Salzen, pfeffern und in 4-5 Minuten weich kochen. Die Kräuter herausfischen und die kalte Butter in Flöckchen unterrühren. Mit etwas Essig abschmecken.

3. Die abgekühlten Aalrouladen aus der Alufolie nehmen und in Scheiben schneiden. Die Gemüsemarinade auf 4 Teller verteilen, die Aalscheiben darauf anrichten. Mit Kerbel garnieren und nach Belieben mit schwarzem Pfeffer übermahlen.