



Saltimbocca vom Kabeljau

Schritte: 6

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Zutaten

20 Portionen

3 kg	Kabeljau	10 g	Bohnenkraut
1 Fl.	Condimento Bianco	100 ml	Rapsöl
20 S.	Parmaschinken	1 Dose	dicke Bohnen
5	Schalotten	3	Knoblauchzehen
100 g	Mehl	500 ml	Weißwein
100 g	Butter		Salz, Pfeffer, Zucker

Zubereitung

Zubereitung

1. Kabeljau portionieren, würzen und mit Parmaschinken einwickeln.
2. In Rapsöl von allen Seiten anbraten. Beiseite stellen.
3. Butter in einer Pfanne langsam schmelzen, Mehl dazugeben und eine helle Mehlschwitze herstellen.
4. Mit Weißwein ablöschen, Zucker hinzugeben.
5. Auf mittlerer Hitze einköcheln lassen. Kabeljau-Parmaschinken-Rollen in die Soße geben und mitkochen lassen,
6. bis der Kabeljau gar ist. Knoblauch und Schalotten in Öl anschwitzen, Bohnen mit Flüssigkeit hinzugeben.
7. Würzen mit Salz, Pfeffer und Bohnenkraut.
8. Leicht einköcheln lassen.
9. Bohnenragout auf Teller anrichten und die Kabeljau-Schinken-Röllchen darauf drapieren.

Die Zutaten für dein Lieblingsrezept findest du in deinem Selgros Markt

Du suchst nach den passenden Zutaten für dein Lieblings-Rezept. Dann schau schnell in deinem Selgros Markt vorbei oder informiere dich über unsere Angebote.

UNSERE AKTUELLEN ANGEBOTE

Viele weitere Rezepte bei Selgros entdecken

Wir haben für dich eine große Auswahl an Koch-, Back- und Grill-Rezepten zusammengestellt. Du kannst in unserer Rezeptsuche ganz einfach nach Schlagwörtern wie beispielsweise Hauptkomponenten oder bestimmten Zutaten suchen. Oder du lässt dich von unseren Kategorien inspirieren.

Hier findest du unter Rezept Typ alles - von alkoholfreien Cocktails, Burger, Fleischgerichten, Beilagen, Gebäck, Pasta, Salaten bis hin zu vegetarischen Gerichten. Einfach die gewünschte Kategorie anklicken und du kannst aus einer Vielzahl toller Rezepte auswählen.

Zudem findest du hier auch alle Rezepte, die wir in unseren aktuellen Angeboten haben. Ebenso bieten wir saisonale Rezepte wie Spargel- oder Erdbeerrezepte, Grill-Rezepte, Gerichte aus der herbstlichen Küche wie Flammkuchen oder Aufläufe. Unsere Rezeptwelt wird ständig um weitere tolle Gerichte und Kochideen erweitert. Es lohnt sich regelmäßig auf unserer Rezeptseite vorbeizuschauen. Wir wünschen dir viel Spaß beim Entdecken, Stöbern und Nachkochen.

WEITERE REZEPTE ENTDECKEN

Saltimbocca vom Kabeljau

Stand 05.04.2022