Fischnocken Königsberger Art

Zutaten

- 100 g Champignons, frisch
- 100 g Thai Spargel
- 20 g Schalotten
- 1 EL Butter
- 50 ml Weißwein
- 250 ml Wasser
- 1 TL MAGGI Ideen vom Wochenmarkt, Hühner Bouillon
- 1 EL Kapern
- 1 TL Senf
- 150 ml Sahne zum Kochen, 15 % Fett
- 200 g Reis
- 300 g Fischfilet
- 1 Eiweiß(e)
- 1 EL Zitronensaft
- 2 EL Petersilie
- etwas Salz
- etwas Cayennepfeffer
- etwas Pfeffer

Zubereitung

1. Für die Sauce Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Thai Spargel putzen und waschen. Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. In einem Topf Butter zerlassen. Champignons und Schalottenwürfel in der Butter glasig dünsten, mit Weißwein ablöschen und fast vollständig einkochen lassen.

2. 250 ml Wasser zugießen und MAGGI Ideen vom Wochenmarkt, Hühner Bouillon darin auflösen. Den Spargel zugeben und darin bissfest kochen. Mit Kapern, Senf, 1 TL Salz und Cayennepfeffer abschmecken. 100 ml Sahne zum Kochen steif schlagen und kurz vor dem Servieren unter die Sauce rühren.

3. Reis nach Packungsangabe in Salzwasser kochen. Nach der Garzeit eventuell noch vorhandenes Wasser abschütten.

4. Für die Klößchen Fisch-Filet waschen, trocken tupfen und in grobe Würfel schneiden. Zusammen mit 50 ml Sahne zum Kochen und Eiweiß in einer Küchenmaschine zu einer geschmeidigen Farce mixen. Die Farce mit 1/2 TL Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen.

5. Reichlich Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen, dann die Temperatur reduzieren. Von der Fischfarce mithilfe von 2 angefeuchteten Esslöffeln Nocken abstechen, ins siedende Salzwasser geben und bei geringer Temperatur ca. 5 Min. gar ziehen lassen.

6. Petersilie waschen, trocken tupfen und fein hacken. Den Reis auf Tellern anrichten. Darüber die Sauce verteilen und die Fischnocken darauf platzieren. Mit Petersilie bestreut servieren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	43 g
Energie	379 kcal
Fett	12 g
Protein	22 g

40 Minuten

4 Portionen

MAGGI KOCHSTUDIO 60523 Frankfurt am Main >> Telefon (069) 66 71 - 28 41 >> facebook.com/MaggiKochstudio >> www.maggi.de