Salatrollen, Seelachs, Apfel-Sauerrahm-Dip, Krabben

Für zwei Personen

Für die Salatrollen:

1 kleiner Eisbergsalat	1 kleines Stück Weißkohl	$\frac{1}{2}$ Salatgurke
$\frac{1}{2}$ Speisezwiebel		

Für das Seelachsfilet:

2 Seelachsfilets à 100 g	2 Eier	Pflanzenöl
50 g Mehl	50 g Panko	

Für den Apfel-Sauerrahm-Dip:

$\frac{1}{2}$ Speisezwiebel	1 Apfel	1 Zitrone, Saft
200 ml Schlagsahne	200 g Crème fraîche	1 Bund Dill
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

100 g Nordseekrabben

Für die Salatrollen:

Ein paar schöne Blätter vom Eisbergsalat abzupfen und zur Seite legen.

Den restlichen Eisbergsalat und den Weißkohl fein reiben. Gurke schälen und in dünne Scheiben hobeln. Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden.

Für das Seelachsfilet:

Seelachsfilet auf Gräten prüfen und diese ggf. entfernen. Dann den Fisch in längliche, mundgerechte Streifen schneiden.

Eine Panierstraße vorbereiten. Dafür Mehl, verquirlte Eier und Panko in je einen tiefen Teller geben. Anschließend die Fischstreifen zuerst im Mehl wenden, dann durch das verquirlte Ei ziehen und anschließend gründlich im Paniermehl wälzen.

In einer Pfanne Öl erhitzen. Die panierten Seelachsstreifen darin bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun und knusprig ausbacken.

Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Apfel-Sauerrahm-Dip:

Zwiebel abziehen und fein hacken. Apfel reiben. Zitrone halbieren, den Saft auspressen und auffangen. Dill abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Schlagsahne mit Crème fraîche in eine Schüssel geben, Apfel, Zitronensaft, Zwiebel und Dill unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dip in den Kühlschrank stellen und bis kurz vor dem Servieren ziehen lassen.

Für die Fertigstellung: Blätter vom Eisbergsalat auf eine flache Oberfläche legen. In die Mitte jeweils etwas vom vorbereiteten Gemüse und ein Lachsstück geben, dann zusammenrollen.

Für die Garnitur:

Das Gericht auf Tellern anrichten. Nordseekrabben als Garnitur verwenden und servieren.

Swetlana Adler am 04. August 2025