

Gewalzte Bandnudeln mit Gambas auf Lauch und Champignons

Zutaten für: 4 Personen

		Zutaten für die Fischvelouté (Sauce):	
100	ml	Weißwein	
70	ml	Noilly Prat (franz Trockener Wermut)	
1	Ltr.	Fischfond	
25	Gramm	Mehl	
25	Gramm	Butter	
200-250	ml	Sahne	
		Salz, Pfeffer, Zitronensaft	
		Weitere Zutaten:	
400	Gramm	Birkel	
		Genießer Nudel	
		Gewalzte Bandnudeln	
		Olivenöl	
16	Stücke	Gambas (Riesengarnelen) frisch Oder tiefgefroren	
200	Gramm	Lauch	
250	Gramm	Champignons	
100	Gramm	Butter	

Anleitung:

Zubereitungszeit: 40 Min.

1. Weißwein und Noilly Prat (Wermut) einreduzieren und mit dem Fischfond auffüllen. Auf die Hälfte einreduzieren lassen.
2. Butter bei schwacher Hitze zergehen lassen, Mehl hinzufügen und kurz mitschwitzen (ohne Farbe!), auskühlen lassen.
3. Reduzierten Fischfond zufügen und unter ständigem Rühren ca. 15 Minuten köcheln lassen. Dabei verändert sich der Stärkeanteil des Mehls und die Sauce wird geschmacklich runder und die Farbe etwas klarer. Mit dem Mixstab aufmixen und abschmecken.
4. Die Bandnudeln in reichlich kochendem Salzwasser kochen, abseihen, etwas Butter hinzufügen und warmstellen.
5. Die Gambas ausbrechen, säubern und in kleine Würfel schneiden. Champignons waschen, abtrocknen und in kleine Würfel schneiden. Lauch ebenfalls waschen und in kleine Würfel schneiden.
6. Champignons in einer Pfanne kurz anbraten, den Lauch zufügen, würzen und weichdünsten. Die Gambas in etwas Öl und Butter bei nicht zu starker Hitze anbraten. Sie sollten nicht braun werden, sondern eine schöne rote Farbe erhalten.
7. Nun Lauch- und Champignon-Würfel zu den Gambas geben, gut durchmischen und über den Bandnudeln verteilen. GEWALZTE BANDNUDELN MIT GAMBAS AUF LAUCH UND C...
8. Die Fischvelouté aufkochen und mit einem Stück kalte Butter aufmixen, etwas Sahne zufügen und um die Bandnudeln herum anrichten.

Durchschnittliche Nährwerte pro

Portion, kalkuliert anhand der rohen " ich wünsche ihnen stets gutes gelingen "

Konrad Heizmann
www.Heizmanns-Rezepte.de

Gewalzte Bandnudeln mit Gambas auf Lauch und Champignons

(Fortsetzung)

Brennwert 3744 kJ (889 kcal)

Eiweiß 31,6 g

Fett 46 g

Kohlenhydrate 80 g