

Die HITRADIO RTL Mitkoch-Show

Sendung vom 01.03.2015



Soßen

Velouté und Fischsoße



Zutaten

Für die Velouté

40 g Mehl
40 g Butter

Für die Fischsoße

Butter
2 EL Kartoffelstärke
Fischkarkassen

Für beide Soßen

1 Grillhähnchen
2 Möhren
1 Metzgerzwiebel
½ Stange Lauch
¼ Sellerie
Nelken
Lorbeerblätter
Wachholder
Salz, Pfeffer

Kochutensilien

3 Töpfe
Schneebeesen
Passiertuch
Schaumkelle
Schneidebretter
scharfe Messer

Tipps

Um Klümpchenbildung zu vermeiden, empfiehlt es sich, immer kalten Fond in die heiße Mehlschwitze zu geben.

Wenn man mit einem Stück Butter die Oberfläche der fertigen Soße abtupft, sollte so die Bildung einer Soßenhaut ausbleiben.

Eine gute Velouté kann mehrere Stunden köcheln. Je länger, desto runder wird sie im Geschmack.

Wissenswertes

Velouté (dt. Samtsoße) ist eine weiße Grundsoße und ein simpler Klassiker.

Fisch-, Geflügel-, Kalbs- oder Gemüsegerichte lassen sich mit einer Velouté verfeinern.

Für eine feine Note der Velouté sorgen ein Spritzer Zitrone, geriebene Muskatnuss oder Weißwein.

Die HITRADIO RTL Mitkoch-Show

Sendung vom 01.03.2015



Soßen

Velouté und Fischsoße



Zubereitung

Für Velouté und Fischsoße das Grillhähnchen im Ganzen in einem Topf mit kaltem Wasser leicht bedecken und zum Köcheln bringen.

Gemüse in grobe Rauten schneiden und mit den Gewürzen in den Topf geben.



Ca. 40 Minuten auskochen. Schaumkrone gelegentlich mit einer Kelle entfernen.

Für die Velouté Butter und Mehl in einen Topf geben und leicht erhitzen. Dabei mit einem Schneebesen kräftig verrühren.



Anschließend erkalten lassen.

Mehlschwitze mit dem passierten Fond aufgießen und weitere 20 Minuten köcheln.

Für die Fischsoße das Hähnchen aus dem Topf nehmen.

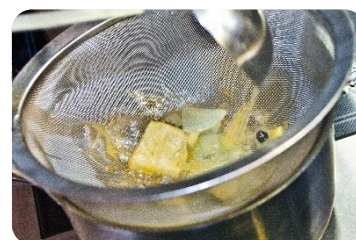
Temperatur herunterdrehen und die Fischkarkassen in den heißen Fond geben.



Für 10 Minuten ziehen lassen. Alle 2 Minuten abschmecken.

Wenn das gewünschte Aroma erreicht ist, die Karkassen herausnehmen.

Fond passieren.



Kartoffelstärke mit kaltem Wasser vermengen und unter den Fischfond rühren. Kurz aufkochen lassen.



Butter hinzugeben und vermengen.

Viel Spaß beim Nachkochen!