

## **Kabeljau in Kapernsauce**

4 Scheiben Kabeljau von je ½ Pfd.  
2 Möhren  
Stängel von 1 Bd. Blatt Petersilie  
Grüne Abgänge von 2 Porreestangen  
1 Stück Knollen- oder Laub von 1 Bd. Stangensellerie  
2 Zwiebeln  
1 Lorbeerblatt  
6 Pimentkörner  
2 Champignons oder Pilzabgänge  
Fischabgänge  
SP  
¼ l Weißwein  
¼ l Milch  
40g Butter  
2 EL Mehl  
1 TL Brühpulver  
2-3 EL Kapern

Gemüse und Fischabgänge in 1,5l Wasser kochen, bis ca. 1 l übrig bleibt; Wein zufügen und auf ca. ½ l reduzieren; abseihen. Leicht salzen und Fisch drin garziehen lassen. Rausnehmen und im 100° warmen Backofen warm halten. Butter schmelzen, Mehl reinstreuen und unter Rühren gut durchschwitzen, Fischfonds und Milch angießen und rührend aufkochen, würzen und ca. 5 min unter Rühren köcheln. Kapern reingeben, Hitze wegnehmen und Fisch noch mal 2 min drin ziehen lassen.

Als Pankreasdiät keine Bechamel herstellen, sondern Fischfonds und Milch mit 1 EL Speisestärke binden.