



Involtini di pesce in salsa di senape



Ingredienti per 1 porzione

150 g	di filetto di scorfano, surgelato o fresco
5 g	di burro (1 cucchiaino raso)
50 g	di cipollotti
50 g	di carote
50 ml	di brodo vegetale
100 ml	di Fresubin® 2 KCAL Drink neutro
10 g	di senape
3 g	di farina
20 ml	di panna (2 cucchiari)
	sale, pepe, un pizzico di zucchero

Valori nutrizionali per porzione

Energia	551 kcal
Proteine	43,3 g
Carboidrati	34,3 g
Grassi	26,5 g



Preparazione

1. Tagliare i cipollotti ad anelli, le carote in dadini e cuocere nel burro. Condire il filetto di scorfano e coprire la superficie con la verdura. Arrotolare il filetto di pesce e trasferirlo in una teglia.
2. Mescolare gli altri ingredienti e versarli sul filetto di pesce. Cuocere in forno già caldo a ca. 160 °C per circa 20-25 minuti.