

Klare Fisch-Suppe - Happy-Mahlzeit | Rezepte aus TV & Radio

 happy-mahlzeit.com/2020/05/19/klare-fisch-suppe/

Zutaten:

- 1 kg geputzte Fischkarkassen, z.B. Seezunge, Steinbutt oder Seeteufel
- 400 g Fischfilets, z.B. Lachs, Dorsch, Seelachs, Seezunge, Steinbutt oder Steinbeißer
- 150 g Porree, geputzt und zerkleinert
- 100 g Staudensellerie, geputzt und zerkleinert
- 50 g Schalotten
- 1 EL weiße Pfefferkörner
- 1 Wacholderbeere, zerdrückt
- 1 Nelke
- 1/2 Liter trockener Weißwein
- 400 g Gemüsestreifen, fein geschnitten, von Möhre, Sellerie, Lauch
- 1 EL Dill, frisch geschnitten

Zubereitung:

Die Karkassen in Stücke schneiden, in eine große Schüssel geben, in kaltem Wasser 30 Minuten wässern.

Porree und Staudensellerie putzen und grob zerkleinern, die Schalotten fein würfeln. Die abgetropften Karkassen mit Porree, Staudensellerie, Schalotten, Pfefferkörnern, Wacholderbeeren und Nelken in einen großen flachen Topf geben. Mit Weißwein und 750 ml kaltem Wasser auffüllen. Das Ganze sehr langsam zum Kochen bringen und dann bei ganz milder Hitze 30 Minuten leicht sieden lassen. Dabei häufig abschäumen, da das Fischeiweiß gerinnt und an der Oberfläche treibt. Das kann den Fond hinterher trüben.

Ein Sieb mit einem Passiertuch auslegen und in einen leeren Kochtopf hängen. Den heißen Fond vorsichtig mit einer Kelle durch das Tuch passieren. Mit Salz abschmecken. Anschließend die Fischfiletwürfel und Gemüsestreifen in den Fond geben, einmal aufkochen lassen und in einem vorgewärmten tiefen Teller anrichten. Mit dem Dill bestreuen und sofort servieren.

Rezept: Oliver Koehn

Prominenter Koch: Nelson Müller

Quelle: Stadt, Land, Lecker vom 23.9.2017