

Fisch-Suppe

Für 2 Personen

150 g Zanderfilet	150 g Heilbuttfilet	150 g Rotbarschfilet
4 Riesen-Garnelen	1 Karotte	3 Tomaten, klein
1 Lauchzwiebel	1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch
400 ml Fischfond	500 ml Gemüfefond	50 ml Weißwein, trocken
100 ml Schlagsahne	10 g Ingwer	1 Zweig Oregano
3 Fäden Safran	1 Bund Petersilie, glatt	Currypulver, mild
1 TL Kurkuma	Chilisalز	Zitronenabrieb, getrocknet
Olivenöl	Rapsöl	Meersalz
Pfeffer, schwarz		

In einem großen Topf Olivenöl erhitzen. Die Schalotte und den Knoblauch abziehen und würfeln. Den Ingwer schälen und klein schneiden. Die Lauchzwiebel von den äußeren Blättern und dem Strunk befreien und würfeln. Die Karotte schälen und ebenfalls würfeln. Das Ganze in dem Topf mit dem Olivenöl anschwitzen und mit dem Fisch- und Gemüfefond sowie dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen. In einer Pfanne Rapsöl erhitzen. Die Garnelen von Kopf und Schwanz befreien und anschließend längs am Rücken aufschneiden, entdarmen, waschen und trocken tupfen. Den Zander, den Rotbarsch und den Heilbutt waschen und trocken tupfen. Den Fisch und die Garnelen mit Salz und Pfeffer würzen und in dem Rapsöl goldbraun anbraten. Anschließend die Fische mit einem Holzlöffel zerkleinern, in den Topf mit dem abgelöschten Gemüse geben und das Ganze mit dem Kurkuma, Curry, Safran, Oregano, dem Chilisalز, getrocknetem Zitronenabrieb und Pfeffer würzen. Die Tomaten vom Strunk befreien und klein schneiden. Die Petersilienblätter abzupfen und ebenfalls klein schneiden. Anschließend die Suppe mit der Sahne, den Tomaten und der Petersilie abschmecken. Die Suppe auf Tellern anrichten und servieren.

Hans Wiedemann am 16. Februar 2010