

# Fisch-Suppe mit Baguette, Knoblauch-Mayonnaise

## Für zwei Personen

<b>Für die Fischsuppe:</b>	6 Riesengarnelen Kopf	2 Karotten
1 Selleriestange mit Grün	1 Lauchstange	2 Tomaten
1 Fenchel	1 Knoblauchzehe	1 Zwiebel
1 Chilischote	1 Scheibe Ingwer	500 ml Fischfond
150 ml trockenen Weißwein	1 EL Krustentierpaste	1 EL Tomatenmark
50-100 ml Wermut	20 ml Anisschnaps	1 TL Fenchelsamen
1 TL schwarze Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt	4 Pimentkörner
1 TL Kräuter der Provence	½ TL Piment d'Espelette	1 TL Rosenpaprikapulver
80 g Butter	2 Zweige glatte Petersilie	4 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	
<b>Für die Einlage:</b>	250 g Kabeljaurückenfilet	250 g Lachsfilet, ohne Haut
1 Knoblauchzehe	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
1 EL Butter	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
<b>Für die Mayonnaise:</b>	1 französische Knoblauchzehe	1 Zitrone
1 Ei	1 EL Dijonsenf	250 ml neutrales Pflanzenöl
1 Msp. Piment d'Espelette	Salz	Pfeffer
<b>Für die Beilage:</b>	½ Baguette	
<b>Für die Garnitur:</b>	1 Zitrone	

**Für die Fischsuppe:** Den Backofen auf 230 Grad Umluft vorheizen.

Garnelen waschen, schälen und beiseitelegen. Karotten schälen und klein schneiden. Sellerie inklusive Grün und Lauch klein schneiden.

Tomaten vierteln. Fenchel klein schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken.

Die Garnelen-Schalen mit dem kleingeschnittenen Gemüse in einem großen Topf in Olivenöl bei mittlerer Hitze anschwitzen. Chili klein schneiden und mit Kräuter der Provence, Ingwer, Fenchelsamen, Pfefferkörner, Paprikapulver, Lorbeer und Pimentkörnern in den Topf geben. Tomatenmark und Krustentierpaste dazugeben und mit anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen. Leicht reduzieren und mit Wermut und Fischfond auffüllen. Den Sud ohne Deckel kochen lassen. Nach 20 min alles durch ein Sieb in einen anderen Topf geben und mit Meersalz und Pfeffer sowie Piment d'Espelette würzen. Anisschnaps mit Butter abschließend untermischen. Petersilie kleinschneiden und als Garnitur verwenden.

**Für die Einlage:** Fischfilets und die schon fertig geschälten Garnelen mit Salz und Pfeffer und Zitronenabrieb würzen. Garnelen in einer Pfanne mit Thymian, Rosmarin und abgezogenem Knoblauch anbraten. Fischfilets kurz in Butter und Olivenöl in der heißen Pfanne schwenken, auf Teller geben und mit der heißen Fischsuppe übergießen.

**Für die Mayonnaise:** Zitrone halbieren und 1 EL Saft mit Ei, Senf und Öl in einem hohen Mixbecher mit dem Pürierstab bei mittlerer bis hoher Geschwindigkeit zu einer Mayonnaise verarbeiten. Knoblauch abziehen und erst zum Schluss dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Piment d'Espelette würzen.

**Für die Beilage:** Scheiben vom Baguette schräg schneiden. Scheiben auf der mittleren Schiene im vorgeheizten Ofen bräunen.

**Für die Garnitur:** Schale der Zitrone reiben und anschließend in Scheiben schneiden.

Cordula Pollok am 17. Oktober 2022