

Paprika-Creme-Suppe mit Wolfsbarsch-Spieß

Für 2 Personen

200 g Wolfsbarschfilet	1 gelbe Paprika	1 rote Paprika
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	2 EL Crème-fraîche
200 ml Sahne	1 EL Sonnenblumenkerne	1 TL Honig
2 EL Sesamöl	500 ml Gemüsesfond	Butter
Salz	Pfeffer, schwarz	

Die Paprikas jeweils von dem Strunk und den Scheidewänden befreien und in Würfel schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und klein hacken. Etwas Butter in einen Topf zerlassen und die Zwiebel, die Paprika und den Knoblauch darin anbraten. Anschließend mit dem Gemüsesfond ablöschen und die Paprika bissfest garen. Die Suppe pürieren und durch ein Sieb passieren. Mit der Sahne, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Wolfsbarsch waschen, trocken tupfen, in kleine Würfel schneiden, auf die Holzspieße stecken und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und die Wolfsbarschspieße darin von jeder Seite anbraten. Die Sonnenblumenkerne in einer Pfanne mit etwas Honig und Butter anrösten. Die Paprikacremesuppe auf Teller geben und jeweils einen Esslöffel Crème-fraîche dazugeben. Die Sonnenblumenkerne drüber streuen und die Wolfsbarsch-Spieße dazu anrichten.

Florian Kozok am 24. August 2010