

Asiatische Fischsuppe

Für zwei Personen

Für die Bouillabaisse:

300 g Seeteufel-Filet	4 Riesengarnelen mit Karkasse	300 g Herzmuscheln
1 Pak Choi	100 g Sojasprossen	100 g Palmherzen
1 Chayote	50 g frische Shiitake	2 Frühlingszwiebeln
3 Knoblauchzehen	1 Bund Koriander	1 Bund Thaibasilikum
2 Zitronengrasstangen	2 rote Chili	50 g Galgant
100 ml Sesamöl	50 ml Fischsauce	50 ml Sojasauce
50 ml geröstetes Sesamöl	30 g Kurkuma	10 mg Cumeo-Pfeffer
10 mg Bockshornklee	10 mg Muskatblüte	2 Blatt indische Lorbeerblätter
Salz	Pfeffer	

Für die Bouillabaisse:

Garnelen waschen, von Köpfe und Karkasse befreien und Darm ziehen. Karkassen und Köpfe in ein sauberes Küchentuch einschlagen und mit Faden verschließen. 500 Milliliter Wasser, Fischsauce und Sojasauce in einem großen Topf aufkochen. Das Tuch mit den Karkassen und die Herzmuscheln in den sprudelnd kochenden Sud geben. Die Muscheln müssen vollständig bedeckt sein und mindestens 5 Minuten kochen. Wenn die Herzmuscheln sich öffnen, Muscheln abschöpfen und abkühlen lassen. Dann das Muschelfleisch aus den Schalen lösen. Den Sud bei niedriger Temperatur weiter köcheln lassen.

Pak Choi, Chajote und Frühlingszwiebeln waschen und trocken tupfen. Pak Choi-Blätter von den Stielen trennen und grob schneiden, Chajote, Shiitake und Frühlingszwiebeln in mittelgroße Stücke schneiden. Das Zitronengras mit dem Messerrücken zerschlagen. Den Knoblauch abziehen, die Chilischoten waschen und beides in feine Stücke schneiden. Pak Choi Stiele, Sojasprossen, Chayote, Knoblauch, die Hälfte der Chilischoten, Palmherzen, Lorbeerblätter und Bockshornklee in den Sud geben, mit Kurkuma, Cumeo-Pfeffer und Muskatblüte abschmecken und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Die Pak Choi-Blätter und Frühlingszwiebel hinzu geben und weitere 10 Minuten köcheln lassen. Abschmecken und gegebenenfalls mit Chili und Salz nachwürzen.

Koriander und Thaibasilikum abrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Galgant waschen und mit Schale reiben.

Fisch waschen und in grobe Stücke schneiden. Die Garnelen im ButterflySchnitt schneiden. Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und Fisch und Garnelen scharf anbraten.

Karkassen-Tuch, Lorbeerblätter und Zitronengras entfernen. Koriander und Thaibasilikum unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und dem geröstetem Sesamöl abschmecken. Den Fisch, die Garnelen und Herzmuscheln dazu geben und ca. 1 Minute ziehen lassen.

Asiatische Bouillabaisse auf tiefen Tellern anrichten und servieren.

Dieter Räsener am 29. Mai 2018