

Fischfond für Fondue

Für ca. 1 l

1 $\frac{1}{2}$ kg Fischgräten/Karkassen	0,2 l Weißwein	0,1 l trockener Wermut
1 Knolle Fenchel	3 Stangen Staudensellerie	1 Stück Knollensellerie
2 Schalotten	1 Zehe Knoblauch	50 g Champignons
$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	3 frische Lorbeerblätter	10 weiße Pfeffer-Körner

Die Fischkarkassen in Stücke schneiden und unter fließendem Wasser reinigen. Dabei alle Innereien oder Blutreste entfernen.

Karkassen wässern, dabei immer wieder das Wasser austauschen, bis es klar bleibt.

Gemüse und Schalotten putzen und in kleine Stücke schneiden.

Gereinigte Fischkarkassen, Gemüse, Kräuter, etwas Olivenöl und Gewürze (kein Salz!) in einen großen Topf geben, kaltes Wasser, Weißwein und Wermut hinzufügen, dann alles aufkochen lassen. Den Herd auf kleine Hitze schalten und den Fischfond etwa 30 Minuten leicht köcheln lassen. Dabei immer wieder den Schaum abschöpfen, damit der Fond klar bleibt.

Den Fond durch ein feines Sieb gießen und die Zutaten auffangen.

Anschließend den Fond noch einmal durch ein Küchentuch passieren, damit alles Trübstoffe entfernt werden. Erneut erhitzen und um die Hälfte einkochen. Dann erst mit Salz abschmecken.

Fondue:

Zum Kurzgaren in der heißen Brühe eignen sich feste Fischarten wie Lachs und Seeteufel oder Meeresfrüchte wie Garnelen.

Pro Person benötigen Sie etwa 200 Gramm in Portionsstücke geteilten Fisch.

Brühe auf dem Herd erhitzen und anschließend auf das Rechaud stellen.

Brennflüssigkeit oder -paste anzünden. Fisch oder Meeresfrüchte auf Fonduegabeln spießen oder in Metallsiebe legen, in die heiße Brühe hängen und kurz garen.

Dazu passen verschiedene Soßen, Dips und Salate.

Rainer Sass am 28. Dezember 2011