

OZ. „RED GOLD ALEA“ MEERSALZ



**GROSSER GESCHMACK
IN KLEINEN DOSEN**

GEBUNDENE FISCHSUPPE MIT SAFRAN UND GEMÜSE

ZUTATEN

480 G	FISCHFILET WIE Z.B. SEETEUFEL, GOLDBRASSE, WOLFSBARSCH USW.
750 G	GEMÜSE- ODER FISCHFOND
200 G	SAHNE
2 EL	OLIVENÖL
2 STK.	SCHALOTTEN
1 STK.	KNOBLAUCHZEHE
100 G	WEISSWEIN
50 G	NOILLY PRAT (WERMUT TROCKEN)
80 G	LAUCH, WEISS
80 G	STANGENSELLERIE
160 G	FENCHEL
1 STK.	TOMATE

Für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 20 Min.

Schwierigkeitsgrad: leicht

GEWÜRZE · KRÄUTER · AROMA

oz. Rotes Hawaii Meersalz, oz. Zitronenpfeffer, Safran, Dill, Basilikum



VORBEREITUNG

Fischfilet in mundgerechte Stücke schneiden, Knoblauchzehe schälen und schneiden, Schalotten fein schneiden, Gemüse waschen und in feine Streifen schneiden, Tomate schälen und entkernen.

ZUBEREITUNG

- 1 Olivenöl erhitzen, Schalotten und Knoblauch anschwitzen.
 - 2 Mit Weißwein und Noilly Prat ablöschen, anschließend mit Fischfond und Sahne aufgießen.
 - 3 Mit Safran, Salz und Pfefferwürzen und für 20 Minuten leicht köcheln lassen.
 - 4 Die Suppe mit dem Mixstabstab mixen und bei Bedarf mit Stärke leicht abbinden.
 - 5 Gemüsestreifen begeben und kurz mitkochen.
 - 6 Fischstücke in die heiße aber nicht kochende Suppe geben und ca. 3 bis 5 Minuten (je nach Größe variabel) ziehen lassen.
 - 7 Die Suppe heiß servieren und mit frisch gehacktem Dill und Basilikum bestreuen.
-

OZ.-TIPP

Hier können natürlich auch Süßwasserfische, Schalen- und Krustentiere verwendet werden.

