

Fisch-Suppe mit Kartoffel-Knoblauch-Creme, Baguette

Für zwei Personen

Für die Kartoffelcreme:

2 mehligk. Kartoffeln 1 Knoblauchzehe Olivenöl, Salz

Für die Suppe:

6 Riesengarnelen mit Schale	150 g Kabeljaufilet	150 g Lachsfilet
1 kleine Fenchelknolle	3 Stangen Staudensellerie	½ Stange Porree
1 große Tomate	2 Schalotten	1 Orange, Abrieb, Saft
10 cl franz. Wermut	20 cl Anislikör	200 ml trockener Weißwein
800 ml Fischfond	1 EL Tomatenmark	Agavendicksaft
10 Kampotpfefferkörner	1 TL Fenchelsamen	3 frische Lorbeerblätter
10 Safranfäden	Mildes Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das geröstete Baguette:

½ Baguette Olivenöl Salz

Für die Kartoffelcreme:

Die Kartoffel schälen, würfeln und in Salzwasser garen. Anschließend abgießen und durch eine Kartoffelpresse geben. Knoblauch durch eine Knoblauchpresse drücken. Kartoffelmasse mit Salz, Knoblauch und Olivenöl zu einer weichen Paste verarbeiten. Nach Belieben durch ein Sieb streichen. Kartoffel-Knoblauch-Creme in der Mitte des Teller platzieren und Suppe angießen.

Für die Suppe:

Schalotten abziehen und grob schneiden. Garnelen auslösen und Fleisch beiseitestellen. Garnelenschalen für den Suppenansatz verwenden.

Fenchelknolle vierteln. Staudensellerie putzen und grob schneiden.

Porree gründlich waschen und in grobe Scheiben schneiden.

Garnelenschalen, Schalotte, Fenchel, Sellerie und Porree in Olivenöl in einem großen Topf anschwitzen. Gewürze hinzugeben und nochmals kräftig anbraten. Schale einer viertel Orange und Tomatenmark hinzugeben, verrühren und mit Anislikör, Wermut und Weißwein ablöschen. Orange auspressen und Saft ebenfalls in den Topf geben.

Das Ganze kurz köcheln lassen und mit Fischfond auffüllen. Weitere 5 Minuten köcheln lassen.

Tomate kurz in kochendes Wasser geben und anschließend häuten.

Gehäutete Tomate vierteln, entkernen und würfeln.

Fischfilets in mundgerechte Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

Suppenansatz durch ein Sieb geben und den Sud auffangen. Sud in einen Topf geben und noch ein paar Minuten weiterkochen. 5 Minuten vor dem Servieren die Hitze herunterstellen, die Fischstücke hinzugeben und im heißen Sud garziehen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Agavendicksaft abschmecken.

Für das geröstete Baguette:

Baguette in Scheiben schneiden und in Olivenöl goldgelb rösten. Mit Salz würzen.

Inge Marianne Peters am 27. Juni 2024