

Fischsuppe mit Garnelen-Spieß und Knusperbrot

Für zwei Personen

Für die Suppe:

250 g Victoria-Barschfilet	100 g Fleischtomaten	350 g rote Spitzpaprika
1 Zwiebel	2 Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft
500 ml Gemüsefond	1 TL scharfes Paprikapulver	2 Prisen Cayennepfeffer
$\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Knusperbrot:

4 Scheiben Bauernbrot	4 EL weiche Butter	$\frac{1}{2}$ TL getrock. Thymian
$\frac{1}{2}$ TL getrock. Rosmarin	$\frac{1}{2}$ TL getrock. Schnittlauch	$\frac{1}{2}$ TL getrock. Petersilie
$\frac{1}{2}$ TL getrock. Salbei	Salz	Pfeffer

Für die Dekoration:

2 Zweige glatte Petersilie

Für die Suppe:

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Paprika waschen, entkernen und klein würfeln.

Tomaten würfeln. Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch andünsten und glasig dünsten. Tomaten und Cayennepfeffer dazugeben und ca. 5 Minuten dünsten. Dreiviertel der gewürfelten Paprika dazugeben und alles mit Gemüsefond, Paprikapulver, Kreuzkümmel, Pfeffer und Salz würzen. Alles ca. 15 Minuten lang köcheln lassen. Anschließend Suppe pürieren und durch ein Sieb streichen. Fisch kalt abspülen, trockentupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln, in die Suppe legen und in der heißen Suppe ziehen lassen.

Für die Garnelenspieße:

8 mittelgroße Garnelen, geschält und entdarmt 1 Knoblauchzehe 2 Zweige glatte Petersilie 1 EL Olivenöl Salz, aus der Mühle Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle .

Knoblauch abziehen und klein hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und ebenfalls fein hacken.

Garnelen mit den restlichen Zutaten vermischen und in einer heißen Pfanne anbraten. Danach auf die Metallspieße drauf spießen.

Für das Knusperbrot:

Butter mit den Kräutern, Salz und Pfeffer vermischen, auf das Brot streichen und im Backofen 5 Minuten lang knusprig backen.

Für die Dekoration:

Suppe in einen Teller geben, Garnelenspieß darauflegen und mit der gehackten Petersilie garnieren. Knusperbrot auf einem separaten Teller servieren.

Birgit Metzger am 28. Januar 2025