

Finnischer Lachs-Eintopf

Für 4 Personen

250 g Wildlachs-Filet	200 g Kartoffeln	200 g Möhren
1/2 Butternut Kürbis	2 Stangen Lauch	2 EL Rapsöl
Salz, Pfeffer	700 ml Gemüsebrühe	1 Kräuterbutter-Baguette
1/2 Zitrone	10 g Schnittlauch	200 g Schlagsahne

Lachs über Nacht im Kühlschrank auftauen lassen.

Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Butternut schälen, Kerne entfernen und Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Lauch putzen, aufschneiden, gründlich waschen und in Ringe schneiden.

Öl in einem großen Topf erhitzen. Gemüse und Kartoffeln darin anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Brühe ablöschen. Mit geschlossenem Deckel bei niedriger Hitze 10 Minuten köcheln, bis die Kartoffeln gar sind.

Inzwischen das Baguette nach Packungsangabe aufbacken. Lachs in mundgerechte Stücke schneiden, Zitronensaft auspressen. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden.

Sahne und Zitronensaft zur Suppe geben und aufkochen. Lachs zufügen, Herd ausstellen und den Lachs 5-8 Minuten gar ziehen lassen.

Suppe mit Schnittlauch bestreuen und mit Baguette servieren.

NN am 06. Februar 2026