Fischsuppe mit Kabeljau und Garnelen

Zutaten für 3 Personen:

150 ml trockener Weißwein

400 ml Fischfond

300 ml kräftige Gemüsebrühe

2 Lorbeerblätter

10 Pfefferkörner

3-4 Pimentkörner

2 mittlere Karotten (eine davon optional)

1-2 EL Zwiebelwürfel

1 Knoblauchzehe

10 mittelgroße Champignons (optional)

250 g Kabeljau (TK)

6 etwas größere Garnelen (bevorzugt Rotgarnelen) (TK)

1. Kabeljau und Garnelen schonend auftauen, gründlich waschen. Garnelen schälen und in Stückchen schneiden. Schalen eventuell trocknen, rösten und verwenden. Kabeljau ebenfalls in Stückchen schneiden, beides im Kühlschrank bereit halten.

2. Weißwein um etwa 1/3 einreduzieren. Fischfond und Gemüsebrühe zugießen, aufkochen lassen.

3. Karotte schälen und in Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und würfeln. Champignons putzen und in dickere Scheiben schneiden. Mit den Lorbeerblättern, Pfefferkörnern, Pimentkörnern etwa 15-20 min köcheln lassen.

4. Optional geröstete Garnelenschalen und einige geputzte Champignons mit köcheln. Suppe dann durch ein Sieb abgießen.

5. Optional eine weitere Karotte nach dem Abgießen 10 min köcheln - als Einlage. Champignons weitere 3-4 min. Kabeljau 5-6 min köcheln, die Garnelen höchstens 3-4 min.

Hinweise:

Eine sehr leichte und angenehme Fischsuppe, mit überschaubarem Aufwand.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 30 min, Gesamtzeit ca. 6 h, Suppen, Fisch, Kabeljau, Garnelen, international

Rezept und Foto: Walter
Stand 23.01.2023

© 2023 Walter Reithmayer, München