

Schnelle spanische Fischsuppe [Sopa de pescado]



Zutaten für 3-4 Personen:

300 g Rotbarschfilet oder Kabeljau
9-12 mittelgroße Garnelen
1 kleinerer Zucchini
1 kleine Zwiebel
2 Karotten
4-6 Champignons
1 Knoblauchzehe
1/3 TL Paellero Gewürz
250 ml trockener Weißwein
400 ml Fischfond
250 ml Gemüsebrühe (1 TL Brühpulver)
2-3 TL Olivenöl (optional)
Parmesankäse oder Pecorino am Stück (optional)

1. Für die Brühe den Weißwein einreduzieren, etwa auf die Hälfte. Fischfond und Gemüsebrühe zugießen.
2. Zucchini und geschälte Karotten in dünne Scheiben, Zwiebel in Wurfel schneiden, geputzte Champignons vierteln. Alles in der Brühe 5 Minuten kochen.
3. Mit 1/3 TL Paellero Gewürz und einer kleinen gepressten Knoblauchzehe abschmecken.
4. Rotbarsch sorgfältig entgräten und in kleine Stückchen schneiden. Geschälte und entdarmte Garnelen je nach Größe in

drei bis vier Teile schneiden.

5. Aufkochen, den Fisch zunächst 3 min pochieren, dann für weitere 3 min die Garnelen zugeben.

6. 2-3 TL Olivenöl unterruhren.

7. Optional am Tisch noch Parmesan oder Pecorino am Stück mit einer Reibe bereitstellen.

Hinweise:

Das Paellero-Gewürz gibt der Suppe nochmals einen besonderen Geschmack. Man bekommt es im Versandhandel.

Ersatzweise schmeckt man mit Safran, Cayennepfeffer und Salz ab.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung 25 min, Suppe, Fisch, Meeresfrüchte, spanisch

Foto und Rezept: Walter
Stand 10.01.2026