

Silvester-Fischsuppe

Zutaten für 8 Portionen:

- 200 g Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 1 kleines Bund Suppengrün
- 500 g Tomaten
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 Bund Thymian
- 2 Chilischoten
- 4 EL Olivenöl
- 800 ml Hummerfond (Glas)
- 400 ml Weißwein
- 300 ml Wasser
- Salz, frisch gemahlener Pfeffer, 1 Prise Zucker
- 1 EL Tomatenmark
- 350 g Lengfischfilet
- 350 g Catfischfilet oder Rotzungenfilet
- 1 Zitrone
- 250 g Miesmuscheln
- 8 Gambas

Zubereitung:

Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Suppengrün putzen, waschen und fein würfeln. Tomaten häuten und würfeln. Rosmarin und Thymian waschen und von den Stielen zupfen. Chilischoten waschen, Kerne herauslösen und Chilis fein hacken.

Öl in einen Topf geben und erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Suppengrün darin glasig dünsten. Tomaten, Kräuter und Chili zufügen und kurz andünsten. Mit Hummerfond und Weißwein ablöschen und zum Würzen Salz, Pfeffer, Zucker und Tomatenmark zufügen. Ca. 15 Minuten kochen.

Fisch waschen, abtropfen, grob würfeln und mit Zitronensaft beträufeln. Muscheln gründlich waschen. Gambas waschen. Filetstückchen, Muscheln und Gambas zur Suppe geben. Zugedeckt ca. 7 - 8 Minuten dünsten. Kräftig abschmecken. Dazu Aioli und knuspriges Baguette servieren.

Tipp: Für Ihre Silvester-Party können Sie den Tomaten-Weinsud schon vormittags vorbereiten und dann kalt stellen. Ebenso den Fisch in Stücke schneiden und die Muscheln waschen. Wenn ihre Gäste dann kommen den Sud nur noch einmal aufkochen und den Fisch sowie Muscheln und Gambas darin garen.

Nährwerte pro Portion ca. Kalorien: 176 Joule: 738 Protein: 23 g Fett: 6,7 g Kohlenhydrate: 6 g