

Rezept

# Fisch-Cremesuppe

Ein Rezept von Fisch-Cremesuppe, am 20.04.2024

## Zutaten

<b>1 Bund</b> Frühlingszwiebeln	<b>1</b> kleine Knoblauchzehe
<b>3 EL</b> Butter	1/4 l Weißwein
<b>400 ml</b> Gemüsefond (Glas)	<b>300 g</b> TK-Erbesen
Salz	Pfeffer
<b>2</b> Pangasiusfilets (à ca. 150 g)	<b>1 Bund</b> Kerbel

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 230 kcal

## Zubereitung

1. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Röllchen schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Die Butter zerlassen. Frühlingszwiebeln und Knoblauch darin bei kleiner Hitze 10 Min. anschwitzen. Mit Weißwein und Gemüsefond ablöschen.
2. Die Erbsen unaufgetaut zugeben, vorsichtig salzen und pfeffern und zugedeckt bei kleiner Hitze 10 Min. köcheln lassen.
3. Suppe in der Küchenmaschine oder mit dem Pürierstab pürieren, durch ein Sieb passieren. Pangasiusfilets kalt abspülen, trocken tupfen, in die heiße Suppe legen und zugedeckt bei kleiner Hitze in 5 Min. weich garen. Unterdessen Kerbel waschen und trocken tupfen.
4. Fischfilets halbieren, auf vier Suppenteller verteilen, mit Suppe auffüllen, mit frischem Kerbelgrün garniert servieren.