

Rezept

SiS Fischsuppe

Ein Rezept von SiS Fischsuppe, am 19.04.2024

Zutaten

1 gelbe Paprikaschote	2 Fenchelknollen
3 Tomaten	1/2 Bund Koriandergrün
4 Stängel Minzel	300 g Seelachsfilet
1 EL Zitronensaft	Salz
2 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe
1 EL Olivenöl	2 Prisen edelsüßes Paprikapulver
1 Tütchen Safran (0,1 g)	800 ml Fischfond
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 352 kcal

Zubereitung

1. Paprika und Fenchel putzen, waschen und in Streifen schneiden. Tomaten waschen, entkernen und fein würfeln. Kräuter abbrausen, trockenschütteln, Blättchen hacken.
2. Fisch in Würfel schneiden, mit Zitronensaft beträufeln, salzen. Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein würfeln und im heißen Öl andünsten. Gemüse mit Paprikapulver und dem Safran kurz mitbraten, mit Fond ablöschen, 15 Min. köcheln lassen. Fisch und Kräuter 5 Min. mitgaren, salzen und pfeffern.