

Rezept

Feine Fischbrühe

Ein Rezept von Feine Fischbrühe, am 12.06.2026

Zutaten

1 kg Karkassen und Fischabschnitte (ohne Kiemen und Haut) von mageren weißfleischigen Fischen (z. B. Zander, Steinbutt, Kabeljau, Alaska Seelachs)	
1 Zwiebel	1 Stange Lauch, nur das Helle
1 Stange Staudensellerie	1 Petersilienwurzel
1 kleiner Fenchel	1 EL weiße Pfefferkörner
1 TL Salz	1 Lorbeerblatt
2 Zweige Thymian	½ l trockener Weißwein

Rezeptinfos

Portionsgröße Ergibt 1-1 ½ l Brühe | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 195 kcal

Zubereitung

1. Fischkarkassen und -abschnitte unter fließendem kaltem Wasser sorgfältig von allen Blut- und Hautresten befreien, in einen großen Topf geben. Gemüse waschen bzw. schälen, putzen und in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Mit Pfefferkörnern, Salz, Lorbeer und Thymian in den Topf geben.
2. Wein und 2 l kaltes Wasser angießen. Zugedeckt aufkochen, bei mittlerer Hitze 20 Min. kochen lassen, dabei den Schaum immer wieder abnehmen.
3. Die Mischung durch ein mit einem Küchentuch ausgelegtes feines Sieb gießen. Offen auf 1-1 ½ l einkochen lassen.