

## Rezept

# Fischsuppe mit Fenchel und Safran

Ein Rezept von Fischsuppe mit Fenchel und Safran, am 18.04.2024

## Zutaten

<b>1</b> Suppengrün	<b>3</b> kleine Zwiebeln
<b>6</b> Gewürznelken	<b>700 ml</b> trockener Weißwein
<b>1 l</b> Fischfond (Glas)	<b>2</b> Lorbeerblätter
<b>6</b> Wacholderbeeren	<b>1 TL</b> schwarze Pfefferkörner
<b>1-2 TL</b> Fenchelknollen (300 g)	<b>2</b> Schalotten
<b>1</b> mehligkochende Kartoffel (50 g)	<b>30 g</b> Butter
<b>250 ml</b> Brühe	<b>1/2 TL</b> Safranfäden
<b>Salz</b>	<b>5-6 Stängel</b> Estragon
<b>400 g</b> Fischfilet (Lachs, Lengfischfilet, Seelachs)	<b>8</b> ausgelöste rohe Garnelenschwänze
<b>200 g</b> Sahne	weißer Pfeffer aus der Mühle
<b>3-4 EL</b> Anisschnaps (z. B. Pernod)	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 6 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 535 kcal

## Zubereitung

1. Suppengrün waschen, putzen und klein würfeln. Zwiebeln schälen und mit den Gewürznelken spicken. Suppengrün und Zwiebeln mit Wein und Fond mischen, mit Lorbeerblättern, Wacholder und Pfefferkörnern auf die Hälfte einkochen. Inzwischen Fenchel waschen, putzen und klein würfeln, das Fenchelgrün fein hacken und beiseitestellen. Schalotten schälen und fein würfeln. Kartoffel schälen und würfeln.
2. Schalotten in der Butter anschwitzen. Fenchel dazugeben, 3 Min. unter Rühren schmoren, mit der Brühe ablöschen. Die Kartoffelwürfel zugeben und in etwa 15 Min. weich dünsten.
3. Safranfäden mit etwas Salz im Mörser zerreiben, in 2 EL heißem Wasser ziehen lassen. Estragon kalt abrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Fischfilets und Garnelen kalt abspülen, trocken tupfen, die Fischfilets in Stücke schneiden.
4. Weinsud abseihen. Fenchel-Kartoffel-Mischung fein pürieren und durch ein Sieb streichen. Mit der Safranmischung und der Sahne in den Weinsud rühren. Mit Pfeffer und Anisschnaps abschmecken.
5. Fischstücke und Garnelen etwa 3 Min. in der sanft köchelnden Suppe ziehen lassen. Estragon unterheben. Die Suppe portionsweise anrichten und mit Fenchelgrün bestreuen.