

Rezept

Fischsuppe mit Tamarinde

Ein Rezept von Fischsuppe mit Tamarinde, am 14.12.2025

Zutaten

½ Bund	Koriandergrün mit Wurzeln	3	Thai-Schalotten
40 g	Ingwer	500 g	festes Fischfilet (z. B. Red Snapper)
4 Stängel	Schnittknoblauch	1 TL	weißer Pfeffer
1,2 l	Fischfond oder Gemüsebrühe	2-3 EL	Fischsauce
2 EL	Tamarindenpaste	2 EL	Palmzucker
	Sriracha-Sauce (nach Belieben)		Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 205 kcal

Zubereitung

1. Den Koriander waschen und trocken tupfen, die Blätter beiseitestellen, die Stiele hacken. Die Korianderwurzeln putzen, waschen und hacken. Die Schalotten schälen und fein hacken. Den Ingwer schälen, in dünne Scheiben hobeln und diese in dünne Streifen schneiden. Das Fischfilet waschen, mit Küchenpapier vorsichtig trocken tupfen und mit einem scharfen Messer in mundgerechte Stücke schneiden. Den Schnittknoblauch waschen, trocken tupfen und fein hacken.
2. Die Korianderwurzeln, -stiele und Schalotten mit dem Pfeffer im Mörser zu einer Paste zerstampfen. Die Brühe mit der Paste unter Rühren aufkochen. Die Fischstücke und den Ingwer in der knapp siedenden Brühe ca. 5 Min. gar ziehen lassen.
3. Die Suppe vom Herd nehmen, mit Fischsauce, Tamarinde, Zucker, ggf. Sriracha-Sauce und Salz abschmecken. Zum Servieren Schnittknoblauch und Korianderblätter auf die Suppe streuen.