

Rezept

Fischtopf mit Kartoffeln

Ein Rezept von Fischtopf mit Kartoffeln, am 15.12.2025

Zutaten

1 Stange Lauch	3 Frühlingszwiebeln
300 g festkochende Kartoffeln	2 EL Öl
200 g Gemüsebrühe	100 g Sahne
1 TL abgeriebene Schale einer Bio-Zitrone	1-2 EL Zitronensaft
1 EL Dijonsenf	Salz
Pfeffer	Muskatnuss, frisch gerieben
150 g Zanderfilet (oder anderer Fisch mit weißem Fleisch)	3 EL TK-Schnittlauchröllchen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 435 kcal

Zubereitung

1. Lauch und Frühlingszwiebeln putzen, waschen und schräg in feine Ringe schneiden. Kartoffeln schälen, waschen, vierteln und in feine Scheiben schneiden. Öl in einem Topf erhitzen, Gemüse und Kartoffeln darin unter Rühren bei mittlerer Hitze 3-4 Min. andünsten. Brühe und Sahne angießen, mit Zitronenschale, 1 EL Zitronensaft, 1 EL Senf, Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Alles bei mittlerer Hitze 5-6 Min. kochen lassen.
2. Den Fisch waschen, trocken tupfen, in etwa 1 cm breite Streifen schneiden und in den Topf geben. Alles mischen und bei schwacher Hitze 3-4 Min. kochen. Den Fischtopf mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft abschmecken. Schnittlauchröllchen untermischen.