

Rezept

Livorneser Fischeintopf

Ein Rezept von Livorneser Fischeintopf, am 11.12.2024

Zutaten

1 kg gemischte Fischfilets und Meeresfrüchte (z. B. Seeteufel, Meerbarben, Seehecht, kleine Tintenfischchen, Garnelen)	1 Zwiebel
1 Stange Staudensellerie	4 Knoblauchzehen
1/8 l Rotwein	1 Möhre
1/2 l Fischfond	6 EL Olivenöl
2 EL gehackte Petersilie	500 g reife Tomaten
4 Scheiben Ciabatta	1 getrockneter Peperoncino
	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 550 kcal

Zubereitung

1. Fisch waschen und in Stücke schneiden. Garnelen eventuell auslösen. Tintenfische säubern, Kopf und Chitinstab entfernen, Tintenfischtuben in Ringe schneiden.
2. Zwiebel und Knoblauch schälen, beides fein hacken. Gemüse schälen bzw. putzen, klein würfeln. 4 EL Öl erhitzen, alles darin anbraten. Tintenfische und Rotwein zufügen, 10 Min. köcheln lassen.
3. Tomaten häuten, entkernen und würfeln. Mit dem Fond in den Topf geben. Mit Peperoncino, Petersilie und Salz würzen. Fisch und Garnelen dazugeben und 10 Min. ziehen lassen. Ciabatta im übrigen Öl braten, in Teller legen, Eintopf darüber geben.