Rezept

Nordsee-Eintopf mit Dill

Ein Rezept von Nordsee-Eintopf mit Dill, am 12.10.2024

Zutaten

600 g	festkochende Kartoffeln
1	rote Paprikaschote
250 g	Lachsfilet
1	Zwiebel
1 EL	Mehl
1 EL	Senf
	Salz
	Aceto balsamico bianco
4 EL	gegarte Nordseekrabben
400 ml	Fischfond (aus dem Glas)
2	Möhren
250 g	Seelachsfilet
40 g	Butter
200 ml	trockener Weißwein
½ TL	Kurkumapulver
	Pfeffer
1 EL	gehackter Dill

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 410 kcal

Zubereitung

1. Die Kartoffeln waschen, schälen und längs in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. In einem Topf den Fond aufkochen und die Kartoffeln darin zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. garen.

2. Paprika längs halbieren, putzen, waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Möhren schälen und in dünne Scheiben schneiden. Beides nach 10 Min. in den Topf geben und mitgaren. Alles in ein Sieb abgießen, dabei den Fond auffangen.

3. Fisch waschen, trocken tupfen und in ca. 3 cm breite Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Butter in einem Topf zerlassen, das Mehl darüberstäuben und kurz anschwitzen. Nach und nach den Wein einrühren und jeweils etwas einkochen lassen.

4. Zwiebel, 100 ml Wasser und Fond dazugeben, aufkochen und köcheln lassen, bis der Sud sämig ist. Mit Senf, Kurkuma und Salz würzen. Dann Fischstücke und Gemüse in den Sud geben. Alles bei schwacher Hitze in ca. 5 Min. gar ziehen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken und mit Dill und Krabben bestreut servieren.