

Rezept

Scharfe Fischsuppe

Ein Rezept von Scharfe Fischsuppe, am 23.04.2024

Zutaten

200 g Seelachsfilet (TK und aufgetaut)	Salz
1 mittelgroße rote Chilischote	2 Knoblauchzehen
1 EL Olivenöl	1 Döschen Safranfäden (0,1 g)
2 EL Mayonnaise (aus dem Glas)	200 ml Fischfond (aus dem Glas)
250 g stückige Tomaten (aus der Dose)	4 Scheiben Baguette

Rezeptinfos

Schwierigkeitsgrad leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 410 kcal

Zubereitung

1. Fisch würfeln, salzen. Chilischote waschen, längs halbieren, entkernen, fein hacken. Knoblauch schälen und durchpressen. Jeweils die Hälfte mit Öl unter den Fisch mischen. Safran in 1 EL heißem Wasser auflösen. 1 TL davon mit 1 Prise Salz, Rest Chili und übrigem Knoblauch unter die Mayonnaise rühren.
2. Fond, Tomaten und übrige Safranlösung aufkochen und 5 Min. kochen lassen. Fisch einlegen und bei schwacher Hitze in 2-3 Min. garen. Baguettescheiben toasten, mit Chili-Mayonnaise dazureichen.