Rezept

Senfsuppe mit Brathering

Ein Rezept von Senfsuppe mit Brathering, am 19.05.2025

Zutaten

- **1** unbehandelte Zitrone
- **1** Knoblauchzehe
- **40 g** Butter
- **550 ml** Gemüsebrühe
- **2** Heringsfilets
- 1/2 TL Himbeermarmelade
- 1-2 TL Honig
- **1** Zwiebel
- **1 Stange** Lauch
- **150 g** Sahne
- **3 TL** mittelscharfer Senf
- Salz
- **2** gehäufte EL Paniermehl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 670 kcal

Zubereitung

1. Die Zitrone heiß waschen, trockentupfen, die Schale abreiben und den Saft auspressen. Zwiebel und Knoblauch schälen. Zwiebel in Ringe, Knoblauch in feine Würfel schneiden. Lauch putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. 20 g Butter in einem Topf zerlassen, Zwiebel und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze glasig braten. Den Lauch kurz mitbraten. Sahne, Gemüsebrühe, 2 TL Senf und 2 TL Zitronenschale hinzufügen und leise kochen lassen, bis Lauch und Zwiebeln weich sind.

2. Die Heringsfilets waschen, trockentupfen und salzen. Himbeermarmelade und 1 TL Senf verrühren. Die Filets dünn damit bestreichen, in Paniermehl wenden und in 20 g zerlassener Butter von beiden Seiten goldbraun braten.

3. Die Suppe mit Zitronensaft, Honig und Salz abschmecken und auf zwei Teller verteilen. Die Heringsfilets hineingeben und servieren.