

Fischsuppe (Sopa de pescado)

35

Typ: Fisch

Quelle: Anaisa

Bemerkungen:

Zutaten: Zwei Personen

2 Scheiben Seehecht (Merluza)), tiefgefroren
20 Schrimps, tiefgefroren ohne Schale
½ Zwiebel
1 Zehe Knoblauch
1 Scheibe Brot, gewürfelt
3 EL Tomatenmark
6 EL Öl
je ein kleiner Teelöffel süßes Paprika, Petersilie, Kurkuma, gemahlener weißer Pfeffer, gemahlener Kreuzkümmel, Salz

Rezept: Den Seehecht in warmem Wasser zum Kochen bringen. 5 Minuten ruhen lassen, und den Fisch im Wasser abkühlen lassen.

Öl in die Pfanne geben und den Knoblauch, das Brot und die Petersilie goldbraun anbraten. Aus der Pfanne nehmen.

Bei Bedarf wenig Öl in die Pfanne geben und die Zwiebel glasig anbraten. Danach das Tomatenpüree, Paprika und Kurkuma hinzufügen und 5 Minuten auf sanftem Feuer erhitzen. Dann ein wenig der Fischbrühe hinzufügen und die Mischung in Mixer zusammen mit Knoblauchbrot und Petersilie pürieren.

Die Seehecht-Scheiben aus der Brühe nehmen und die Brühe zusammen mit der pürierten Mischung erhitzen. Pfeffer und Kreuzkümmel hinzufügen und 5 Minuten köcheln lassen. Die zerkleinerten Fische Scheiben und hinzufügen und weitere 3 Minuten köcheln.

Noch besser schmeckt diese Suppe, wenn man Seeteufel verwendet und Kopf und Gerippe des Seehechts. Aber mit tiefgefrorenen See Hecht wird sie auch gut.