

Fischsuppe mit Safran

Hier eine schöne einfache Fischsuppe aus dem Kombi-MULTI-Dampfgarer!



Fischsuppe mit Safran 4 Portionen

Zutaten/Einkaufsliste:

Suppe:

- 1,00 Stk Zwiebel
- 2,00 Stk Knoblauchzehe
- 1,00 Stk Karotten/Möhren
- 0,50 Stk Lauch/Poree ohne Grün
- 2,00 Stk Kartoffel
- 250,00 ML Weißwein
- 1,00 EL Olivenöl
- 700,00 ML Wasser od. Fischfond
- 1,00 Blatt Lorbeerblatt
- 1,00 Stk Thymianzweig
- 1,00 TL Salz
- Pfeffer gemahlen
- 8,00 Stk Safranfäden

Einlage:

- 250,00 GR Lachsfilet frisch
- 250,00 GR Seeteufelfilet - Angler
- 8,00 Stk Riesengarnelen
- 150,00 GR Miesmuschel geputzt
- je nach Marktangebot kann ergänzt werden

Schwierigkeitsgrad: sehr leicht

Aufwand: 60 Minuten

Vorbereitung:

- Gemüse in Streifen, Kartoffel würfelig schneiden
- Zwiebel und Knoblauch blättrig schneiden

Zubereitung Suppe:

- alle Zutaten der Suppe in einen Garschalenbehälter geben
- mit der Ofenfunktion 100% Dampfgaren (Vital Dampf) 99°C 45 Minuten dämpfen

Vorbereitung Einlage:

- Fisch in Löffelgroße Stücke schneiden
- Muscheln sauber Bürsten, Bart abzupfen
- Garnelen schälen oder mit Kopf zubereiten
- Einlage im Sud garziehen.
- Einlage in den heiße Suppe geben
- mit der Ofenfunktion 100% Dampfgaren (Vital Dampf) 85°C die Einlage 15 Minuten garziehen

Tipp:

Die Fischsuppe kann mit vielen Zutaten ergänzt werden. Verwende was Dir gut schmeckt, damit die Suppe deine persönliche Note bekommt!

- gewürfelte geschälte Tomatenstücke, Fenchel, Paprikaschoten, Ingwer, Creme fraiche - usw....

An der Mittelmeerküste wird die Fischsuppe durch die Sauce Aioli oder Pesto zum kulinarischen Hochgenuss!

Dazu gibt's geröstetes Weißbrot od. Baguette, dass mit einer Knoblauchzehe abgerieben wird.