

Sendungsdokument „Silvia kocht“

Fotocredit: Jamie Harrison / Patrick Schneider



Rotbarben-Suppe

Köchin: Marga Coll

Zutaten

(4 Personen)

Für die Suppe

- 2 große Rotbarben
- 2 Bund Frühlingszwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 4 EL gehackte Petersilie
- 1 Dose gewürfelte Tomaten
- ¼ rote Paprika
- 150 ml Fischfond
- Olivenöl zum Anbraten
- 1 Bund Spinat
- Paprikapulver (Tap de Cortí)
- Salz
- Pfeffer

Für die Garnitur

- 8 gekochte Wachteleier
- 8 Radieschen
- 100 g sehr dünne Brotscheiben

Zubereitung

1. Für die Suppe zuerst die Rotbarben filetieren und die Gräten entfernen (die Gräten für den Fond aufbewahren).
2. Nun den in Scheiben geschnittenen Knoblauch und die in Würfel geschnittene rote Paprika in einer Pfanne in etwas Olivenöl anbraten. Die gehackte Petersilie hinzufügen, wenn der Knoblauch goldbraun ist. Zunächst die fein geschnittenen Frühlingszwiebeln und anschließend die gewürfelten Tomaten aus der Dose sowie die Gräten vom Fisch hinzugeben und alles mit Salz, Paprikapulver und Pfeffer würzen. Das Gemüse in der Pfanne mit dem Fischfond aufgießen und einige Minuten kochen lassen.
3. In der Zwischenzeit den Spinat grob mit einem Messer hacken und in einer Pfanne in etwas Oliven etwa 10 Sekunden anbraten, anschließend leicht salzen.
4. Die dünnen Brotscheiben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und etwa 2 Minuten bei 210° C Umluft im vorgeheizten Rohr rösten. Danach herausnehmen und auf 4 tiefe Teller aufteilen. Die Radieschen in dünne Stifte schneiden und die Wachteleier schälen.
5. Nun die in 4 Teile geschnittenen Rotbarbenfilets auf ein mit Olivenöl bestrichenes Blech legen und mit einem Bunsenbrenner kurz flambieren.
6. Zum Schluss den angebratenen Spinat auf die Brotscheiben in die Teller geben, je zwei flambierte Rotbarbenfilets darauflegen und das Gericht mit den Radieschen-Stiften und je einem Wachtelei garnieren. Die Fischsuppe direkt am Tisch in die Teller gießen.