Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: ORF/ Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher

Fischsuppe

Koch: Havi Tuplah

Zutaten

(für 4 Personen)

Für die Fischsuppe

- 2 EL Olivenöl
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 3 Tomaten
- 1 EL Tomatenmark
- 2 Zweige frische Minze
- 2 Zweige frischer Majoran
- 2 l Wasser
- 600 g Skorpionfisch (etwa 2 Stück im Ganzen – ausgenommen)
- 100 g gekochter Reis
- Salz
- Pfeffer
- Saft von 1-2 Zitronen (nach Geschmack)

Für die Beilage

- knuspriges Weißbrot

Zubereitung

1. Für die Fischsuppe zuerst die Zwiebel und den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Diese anschließend in einem Topf in etwas Olivenöl goldgelb anbraten.

2. In der Zwischenzeit die Tomaten waschen und in grobe Würfel schneiden. Die Tomaten danach gemeinsam mit dem Tomatenmark in den Topf zu den Zwiebeln und dem Knoblauch geben, kurz mitrösten und mit dem Wasser aufgießen. Die Minze und den Majoran hacken und in die Suppe geben.

3. Nun den ausgenommenen, gewaschenen Fisch im Ganzen in einem Garkörbchen oder einem Dampfgareinsatz direkt in der Suppe mitkochen, bis das Fleisch weiß und gar ist. Den Fisch im Körbchen dann wieder herausnehmen, die Gräten, den Kopf und die Flossen entfernen und das gezupfte Fischfleisch gemeinsam mit dem gekochten Reis wieder in die Suppe geben.

4. Zum Schluss die Fischsuppe mit Salz, Pfeffer und reichlich Zitronensaft abschmecken, gut durchrühren und in einer kleinen Schüssel anrichten. Die Suppe mit knusprigem Weißbrot servieren.

Quelle: ORF extra