



45 MINUTEN  
ZUBEREITUNGSZEIT

## HEDONISTEN FISCHSUPPE

Für 4 – 6 Personen

### ZUTATEN

400 g Hechtfilet  
300 g Barschfilet  
400 g Zanderfilet  
1 kg Karkassen vom  
Zander und Hecht  
400 g Suppengemüse  
0,5 l Weißwein  
1 EL Butter  
2 g Safran  
1 Lorbeerblatt  
1/2 TL Fenchelsamen  
1/2 TL weiße Pfefferkörner  
Zitronenmelisse  
Thymian  
Chilifäden  
Meersalz

### ZUBEREITUNG

Für den Fond zunächst die gründlich gewaschenen und zerkleinerten Karkassen (Fischgräten und Gerippe) in Butter in einer Pfanne anschwitzen.

Geputzes Suppengemüse, Weißwein, Fenchelsamen, Lorbeer und Salz dazugeben. Alles mit kaltem Wasser bedecken und bei mittlerer Hitze zum Köcheln bringen. Schaum und Trübstoffe immer wieder abschöpfen.

Den Fond vorsichtig durch ein Tuch in einen Topf gießen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fischfilets in Stücke schneiden und mit Fleur de Sel für ca. 15 Minuten im Dampfgarbehälter auf Einschubebene 2 bei 80 Grad garen.

Eine Teekanne mit frischen Kräutern wie Zitronenmelisse, Thymian und ein paar Chilifäden füllen. Fond aufkochen und in die Teekanne gießen.

Den Fisch auf vorgewärmte tiefe Teller verteilen, mit dem Fond aus der Teekanne begießen und mit ein paar Kräutern und Blättern dekorieren.