

Fischsuppe / Fish soup

REZEPT UND KOCHVORSCHLAG

Ein ½ Liter Fischfond (500 ml Jus) reicht für 2-3 Portionen Fischsuppe

BEISPIEL REZEPT:

- Ein ½ Liter Fischfond
- Ein wenig Wasser (150 ml)
- 5 g Gehackter Knoblauch
- 10 g Geschnittene Zwiebeln
- 5 g Gehackter Ingwer
- 100 g geschälte und geschnittene Möhren
- 100 g geschälter und geschnittener Rettich (und / oder anderes Gemüse, wenn Sie mögen)
- 20 g Frühlingszwiebel in Ringe geschnitten
- 250 g abgekochte feinen Nudeln (zum Beispiel Mie Nudeln)
- Eine Prise Salz
- Eine Prise Zucker
- Etwas Schwarzer Pfeffer
- Etwas Chilischote klein geschnitten (wenn scharf erwünscht)
- Ein paar Tropfen Sesamöl
- 5 g Sesamsamen
- 1 TL Sojasoße (nach Geschmack)
- 200 g Fischfilet: zum Beispiel Lachs, Thunfisch oder anderer Fisch Ihrer Wahl

Die Zwiebeln und den Knoblauch in einem Topf anbraten. Fischfond mit dem Wasser in einem anderen Topf erhitzen und die gebratenen Zwiebeln und Knoblauch dazu geben.

Das gesamte Gemüse, Salz, Knoblauch, Ingwer, Sesamöl, Sojasoße, Chilischote und schwarzen Pfeffer beifügen und köcheln bis das Gemüse gar ist. Den in Stücke geschnittenen Fisch kurz vor dem Anrichten in die heiße Gemüse- Fischbrühe geben, garen und mit den Nudeln in Suppenschalen anrichten.

DEKO: Mit Ringen von Frühlingszwiebeln und Sesam oder Eierkrümeln garnieren.
Guten Appetit :)

RECIPE AND COOKING SUGGESTION

A ½ liter of fish stock (500 ml Jus) is enough for 2-3 servings of fish soup.

EXAMPLE RECIPE:

- A ½ liter of fish stock
- A little water (150 ml)
- 5 g chopped garlic
- 10 g chopped onion
- 5 g chopped ginger
- 100 g peeled and cut carrots
- 100 g peeled and sliced radish (And / or other vegetables if you like)
- 20 g spring onion cut into rings
- 250 g boiled fine noodles (for example Mie noodles)
- A pinch of salt
- A pinch of sugar
- Some black pepper
- Some chili pepper cut into small pieces (if hot is desired)
- A few drops of sesame oil
- 5 g sesame seeds
- 1 tsp soy sauce (to taste)
- 200 g fish fillet for example salmon, tuna or other fish of your choice



Sauté the onions and garlic in a pot. Heat the fish stock with the water in another pot and add the fried onions and garlic.

Add all the vegetables, salt, garlic, ginger, sesame oil, soy sauce, chili pepper and black pepper and simmer until the vegetables are cooked.

Just before serving, add the fish cut into pieces to the hot vegetable-fish broth and serve with the noodles in soup bowls.

Garnish with rings of spring onions and sesame seeds or egg crumbs.
Enjoy your meal :)