

# Flämische Fisch-Suppe mit Kartoffeln

---

 [happy-mahlzeit.com/2021/12/22/flämische-fisch-suppe-mit-kartoffeln](https://happy-mahlzeit.com/2021/12/22/flämische-fisch-suppe-mit-kartoffeln)

## Zutaten für 2 Personen

### Für die Suppe:

- 700 ml Fischfond
- 300 ml trockener Weißwein
- 250 ml Sahne
- 3 festkochende Kartoffeln
- 1 Stange Lauch
- 1 Karotte
- 1 Stangensellerie
- 1 Schalotte
- 1 Zitrone, davon Saft und Abrieb
- 30 g Mehl
- 30 g Butter
- 4 EL Essig
- 2 Safranfäden
- 1 TL Senfkörner
- Currypulver, zum Würzen
- ¼ Bund Petersilie
- ¼ Bund Thymian
- ¼ Bund Schnittlauch
- ¼ Bund Kerbel
- 1 Prise Zucker
- Olivenöl, zum Anbraten
- Salz
- Weißer Pfeffer

### Für die Einlage:

- 2 Seezungenfilets ohne Haut à 150 g
- 1 Lachsfilet ohne Haut à 150 g
- 1 Lengfischfilet ohne Haut à 150 g
- 6 Miesmuscheln
- 20 g Nordseekrabben

### Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen, achteln und in einem Topf mit reichlich Salzwasser gar kochen.

Die Schalotte abziehen, fein würfeln, in einer Pfanne mit etwas Butter glasig dünsten, mit Weißwein ablöschen, reduzieren lassen und Fischfond hinzugeben.

Sellerie putzen, schälen und in feine Julienne hobeln. Lauch und Karotten putzen, waschen, halbieren und ebenfalls in Julienne hobeln. Das Gemüse in einem Topf mit kochendem Wasser 2 Minuten blanchieren, in einer Schüssel mit Eiswasser abschrecken und in einem Sieb abtropfen lassen.

In einem weiteren Topf Butter erhitzen, Mehl hinzufügen und den Fischfond langsam unter die Mehlschwitze rühren. Sahne angießen und nicht mehr kochen lassen.

Schnittlauch, Petersilie und Thymian abbrausen, trocken wedeln und fein hacken. Den Kerbel vom Stiel zupfen und grob hacken.

Senfkörner mit Essig in einem Mörser reiben, mit Öl und Zucker abschmecken und in die Suppe geben. Die Fisch-Suppe mit Salz, Pfeffer, Safran und etwas Currypulver würzen. Zitrone waschen, halbieren und etwas Abrieb zur Suppe geben.

Die Fischfilets waschen, trocken tupfen, in grobe Stücke schneiden und von jeder Seite mit Salz und Pfeffer würzen. Die Seezunge aufrollen, mit einem Zahnstocher fixieren und auf den Seiten würzen. Die Miesmuscheln in einem geschlossenen Topf 2 Minuten kochen und anschließend beiseite stellen. Den Fisch in der nicht mehr kochenden Suppe ca. 3 Minuten pochieren.

Nordseekrabben kalt in die Suppe geben.

Den Fisch mit einer Schaumkelle auf vorgewärmte Teller geben. Miesmuscheln, Kartoffelspalten und Nordseekrabben auf dem Teller anrichten. Julienne Gemüse darüber anrichten. Zitronensaft und Zitronenabrieb zufügen und mit der Suppe servieren.

Rezept: Annette Wieland

Quelle: Die Küchenschlacht vom 9. Januar 2017

Episode: Leibgerichte