

Mediterrane Fischsuppe aus dem Dutch Oven

Feuertopf

Den Dutch Oven mit Olivenöl erhitzen. Die klein geschnittenen Zwiebeln, den klein geschnittenen Knoblauch und das Tomatenmark anschwitzen. Alle Zutaten, außer den Fisch und die Garnelen, zugeben und alles 30 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit das Fischfilet in Stücke schneiden. Nach Ablauf der 30 Minuten den Fisch und die Garnelen dazugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Nicht länger, da der Fisch schnell trocken wird.

Arbeitszeit	ca. 30 Minuten
Koch-/Backzeit	ca. 40 Minuten
Gesamtzeit	ca. 1 Stunde 10 Minuten
Schwierigkeitsgrad	simpel



Zutaten für 6 Portionen:

4 Dose/n	Tomate(n), geschält, in Stücken
3 EL	Tomatenmark
2 große	Zwiebel(n)
1 Flasche	Weißwein, trocken
1 Glas	Fischfond
1 Glas	Oliven, entkernt, schwarz
2 EL	Austernsauce
2 Zehe/n	Knoblauch
1 Tasse	Zucker, braun
2 EL	Salz
2 EL	Oregano
2 EL	Pfeffer
2 EL	Curry
1 EL	Rosmarin, getrocknet
1 EL	Thymian, getrocknet
2	Zucchini
1 kg	Fischfilet(s), z. B. Hecht
250 g	Garnele(n)

Rezept von: Backdraft03