

## Fischsuppe mit Räucherfisch

Rezept für die Camping-Küche

Zutaten für 4 Portionen :

Für den Sud :

Fischköpfe und Gräten von Dorsch und Flunder,  
2,5 l Wasser,  
250 g Suppengrün ( Lauch, Karotte, Zwiebel, Staudensellerie),  
1 Zwiebel,  
1 Lorbeerblatt,  
2 Nelken,  
2 Wachholderbeeren,  
weißer Pfeffer aus der Mühle,  
1 Messerspitze Curry,  
1 Stück Ingwer (Walnussgroß),  
Salz,

Für die Einlage :

200 g Flunderfilet,  
200 g Dorschfilet,  
200 g Rotbarsch, geräuchert, ausgelöst,  
200 g Karotten,  
100 g Lauchgrün,  
200 g Kartoffeln,

Zubereitung :

Die Fischköpfe und die Gräten kurz unter fließendem Wasser abspülen, eventuell vorhandenes Nierenblut entfernen. Das Suppengrün putzen und zerkleinern. Die Zwiebel schälen und vierteln. Nun die Fischköpfe und Gräten mit dem Suppengemüse und der Zwiebel sowie den Gewürzen in kaltes Wasser geben und langsam erhitzen. Das Ingwerstück schälen und fein dazu reiben. Zugedeckt ca. 20 Minuten köcheln lassen. Ab und zu den Schaum abschöpfen. Ein Sieb mit einem Geschirrhandtuch auslegen und die Brühe filtern.

Inzwischen die Karotten für die Einlage waschen, putzen, schälen, je nach Größe vierteln und in feine Scheiben schneiden. Den Lauch waschen, putzen und in dünne Ringe schneiden. Die Kartoffeln schälen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Die Filets in mundgerechte Würfel schneiden und dabei restliche Gräten entfernen. Den Räucherfisch auslösen, sorgfältig alle Gräten entfernen und in mundgerechte Würfel zerpflücken.

Die Fischbrühe wieder zum Kochen bringen und das Gemüse darin 10 bis 15 Minuten garen. Dann die Fischfilet- Stücke und den Räucherfisch zugeben, kurz aufkochen und 5 Minuten ziehen lassen.

Hinweis der Aalener Kochbären :

Entlang der Mecklenburgischen Ostseeküste wird viel Räucherfisch angeboten, außerdem kann man Dorsch und Flunder frisch vom Kutter kaufen. Da wir „von allem etwas zuviel“ gekauft hatten, haben wir aus den „Resten“ diesen Fischeintopf kreiert.

