Meeresfrüchtesuppe

Ein exotisches Rezept für besondere Anlässe: die köstliche Meeresfrüchtesuppe aus frischen Zutaten.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 40 min



Zutaten

120 g	Miesmuscheln
150 g	Riesencrevetten
150 g	Nördlicher Schnapper
160 g	Schwertfische
2 Stk.	Karotten
2 Stk.	Kartoffeln
1 Stange	Lauch
1 Stk.	Zwiebel
2 Stk.	Tomaten
2 l	Bouillon
1 EL	Zitronensaft
1 Prise	Koriander
1 Prise	Gewürze
1 EL	Margarine

Zubereitung

1. Das pure Urlaubsfeeling kommt auf bei der **Meeresfrüchtesuppe**. In höchstens 30 Minuten ist diese Suppe servierbereit. Karotten und Kartoffeln schälen und gemeinsam mit dem Lauch und den Tomaten in 1 x 1 Zentimeter große Stücke zerschneiden. Zwiebeln abziehen und in Scheiben schneiden, um gemeinsam mit dem Gemüse (außer den Tomaten) in der Pfanne mit etwas Magarine anzudünsten.

2. Nach Belieben etwas Bouillon hinzufügen. Backofen auf 200 Grad Celsius vorheizen. Gemüse im Anschluss in eine feuerfeste Schale geben und darin gleichmäßig verteilen.

3. Nun die Miesmuscheln, Riesencrevetten und den Nördlichen Schnapper gründlich reinigen. Schwertfisch und Nördlichen Schnapper in mundgerechte Stücke zerteilen. Mit Zitronensaft, Salz sowie Koriander einmarinieren, um die Fische, die Crevetten und die Miesmuscheln über das Gemüse zu geben. Darauf die fein gewürfelten Tomaten streuen.

4. In die Form heiße Bouillon gießen und für 15 bis 20 Minuten im Ofen garen. Vor dem Servieren sollte festgestellt werden, ob der Fisch auch gar geworden ist! Zudem wird die Suppe mit Gewürzen nochmals abgeschmeckt.

Tipp

Bereits geöffnete Muscheln werden vor der Zubereitung der Meeresfrüchtesuppe einfach aussortiert. Das Rezept lässt sich auch mit anderen Fischarten variieren.