

Fischsoljanka

Fischsoljanka enthält verschiedene Fischarten (z.B. Kabeljau, Seelachs, Lachs, Rotbarsch)

Gemüse: Gewürzgurken, Paprika, Staudensellerie, Karotten, Zwiebeln, Kapern

Gewürze: Tomatenmark, Paprikapulver, Senf, Lorbeerblätter

Zusätzlich: Gurkenwasser, Sahne oder saure Sahne

500 g	Kabeljaufilet
1 EL	Olivenöl
3	Zwiebeln
1 Stange	Staudensellerie oder 100 g Sellerie
1	Möhre
10 cm	Lauch
1 L	Gemüsebrühe
½ Glas	Kapern
1 TL	Paprikapulver, edelsüß
1 TL	Paprikapulver, geräuchert
5 EL	Tomatenmark
3	Lorbeerblätter
3	Pimentkörner
6 EL	Gurkenwasser
150 g	Tomaten
4	Gewürzgurken
3	Paprika, rot, gelb, grün
¼ Bund	Dill
80 g	Saure Sahne



Fisch auftauen lassen, Raumtemperatur annehmen lassen.

Zwiebeln in Streifen schneiden,

Staudensellerie, Möhre und Lauch in dünne Scheiben schneiden,

Kapern grob hacken,

Tomaten in Stücke schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen,

Zwiebeln, Paprika, Staudensellerie und Lauch anschwitzen,

mit Gemüsebrühe ablöschen,

Gurkenwasser, Kapern (mit etwas Kapernlake) Lorbeerblätter und Pimentkörner zugeben,

Tomatenmark, Paprikapulver (edelsüß und geräuchert) und Tomaten zugeben,

Brühe 15 Minuten kochen lassen.

Fischfilets in mundgerechte Stücke (2 x 2 cm) schneiden.

Gurken in Streifen schneiden.

Paprika in Stücke schneiden.

Dill grob wiegen

Gewürzgurken, Paprikastücke und Fischfilet-Stücke zugeben,

heiße Suppe ca. 10 Minuten ziehen lassen, bis der Fisch gar ist.

Dill darüber streuen

Suppe auf dem Teller mit saurer Sahne oder einem Häubchen geschlagener Sahne dekorieren.