

Köstliche FISCHGERICHTE

dünsten. Die Fisch-Bouillon dazugeben, das Tomatenmark einrühren und mit angerührtem Maisan binden. Mit den Gewürzen und Zitronensaft oder Weinessig abschmecken. Die angerösteten Speckwürfel dazugeben. Die Suppe mit feingehackter Petersilie bestreuen. – Als Einlage Reis oder Suppenklößchen aus Fischhackmasse (siehe Seite 26) verwenden. Durch Zugabe von getrockneten oder frischen Pilzen kann die Suppe verfeinert werden.

Fisch-Soljanka (nach einem russischen Rezept). Die Fischarten und Zutaten sind den bei uns vorhandenen Möglichkeiten angepaßt.

ZUTATEN (für 4–6 Personen): 1–1,5 kg verschiedene Fische (Plötze, Blei, Barsch, Zander, Hecht oder Rotbarsch, Kabeljau, Makrelen, Plattfische), 2 mittlere Zwiebeln, 2 mittlere saure Gurken, 15 Kapern, 2 Eßl. Tomatenmark, 1,5 Eßl. Margarine oder Speiseöl, 4–6 Zitronenscheiben, 2 Lorbeerblätter, 10 Pfefferkörner, etwas Salz, grüne Petersilie oder Dill, saure Sahne.

ZUBEREITUNG: Die Zwiebeln fein schneiden und in Margarine oder Speiseöl goldgelb rösten. Saure Gurken schälen, halbieren, vom Kerngehäuse befreien und quer in feine Streifen schneiden. Die Fische gut waschen, aus den Köpfen die Kiemen entfernen, alles in Portionsstücke schneiden, in einen Topf geben, mit 1,5 Liter kaltem Wasser ansetzen, zudecken und aufkochen lassen. Nach dem Aufkochen die Fischstücke herausnehmen, das gare Fischfleisch auslösen. Gräten, Flossen und Kopfteile 30–50 Minuten weiterkochen lassen. Der entstehende Schaum wird abgeschöpft. Alles durch ein Sieb gießen. Das Tomatenmark einrühren. Danach geröstete Zwiebeln, geschnittene saure Gurken, Kapern, das Fischfleisch, Lorbeerblätter und Pfefferkörner in die kochende Suppe geben. Am Herdrand 10 Minuten ziehen, aber nicht kochen lassen und abschmecken. Beim Anrichten je eine geschälte Zitronenscheibe, feingehackte Petersilie oder Dill auf die Teller legen. Die heiße Suppe darüber gießen und einen Schuß saure Sahne (oder Kondensmilch) dazugeben.