

Fondue mit Fisch

Zutaten (für ca. 1 l):

- 1,5 kg (ohne Köpfe) Weißfisch-Karkassen
- 200 ml (Grau- oder Weißburgunder) Weißwein
- 10 ml trockener Wermut
- 1 Knolle Fenchel
- 3 Stangen Staudensellerie
- 1 Stück Knollensellerie
- 2 Schalotten
- 1 Zehe Knoblauch
- 50 g Champignons
- 0,5 Bund Petersilie
- 3 frische Lorbeerblätter
- 10 Körner Weißer Pfeffer

Die Fischkarkassen (es eignet sich z.B. Seeteufel, Zander, Wolfsbarsch oder Dorade) in Stücke schneiden und unter fließendem Wasser reinigen. Dabei alle Innereien oder Blutreste entfernen. Karkassen wässern, dabei immer wieder das Wasser austauschen, bis es klar bleibt.

Gemüse und Schalotten putzen und in kleine Stücke schneiden. Gereinigte Karkassen, Gemüse, Kräuter, etwas Olivenöl und Gewürze (kein Salz!) in einen großen Topf geben, kaltes Wasser, Weißwein und Wermut hinzufügen, dann alles aufkochen lassen. Den Herd auf kleine Hitze schalten und den Fischfond etwa 30 Minuten leicht köcheln lassen. Dabei immer wieder den Schaum abschöpfen, damit der Fond klar bleibt.

Den Fond durch ein feines Sieb gießen und die Zutaten auffangen. Anschließend den Fond noch einmal durch ein Küchentuch passieren, damit alles Trübstoffe entfernt werden. Erneut erhitzen und um die Hälfte einkochen. Dann erst mit Salz abschmecken.

Sendung/Quelle: DAS!

Sendetermin: 28.12.2011

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen