



DNF *kulinarisch*

Informationen der Deutsch-Norwegischen Freundschaftsgesellschaft e.V.

BERGENSK FISKESUPPE



Foto: Astrid Hals

für 6 bis 8 Personen

Zutaten Bouillon:	1	Möhre
	½	Zwiebel, geschält und klein geschnitten
	¼	Stangensellerie
	1	Stange Lauch
	10	Pfefferkörner ganz
	1,5 kg	Gräten, Haut und Kopf von weißem Fisch (Dorsch oder Plattfisch)
	1,5 L	Wasser
	½ TL	Salz

Zutaten Suppe:	4	Möhren
	½	Selleriewurzel, geschält und in Stücke geschnitten
	2	kleine Lauchstangen, in Scheiben geschnitten
	3 dl	Sahne
		oben hergestellte Bouillon
	1 EL	Essig (7%)
	3 dl	Seterrømme (saure Sahne)
	2 Sch.	Bacon, in Stücke geschnitten
	500 g	Dorschfilet (evtl. anderes Fischfilet), in Stücke zerteilt
	500 g	Lachsfilet, in Stücke zerteilt
	3 EL	Mehl
		Salz und Pfeffer
		eventuell 1 Dose Fiskeboller

Impressum: Deutsch-Norwegische Freundschaftsgesellschaft e.V. Postfach 100816, 45008 Essen

Email: info(at)dnfev.de

Internet: www.dnfev.de / www.norwegenportal.de

Redaktion: Uta Kempf



DNF *kulinarisch*

Informationen der Deutsch-Norwegischen Freundschaftsgesellschaft e.V.

Zubereitung **Fisch-Bouillon**:

Bevor die Bouillon gekocht wird, die Fischreste gut waschen und die Kiemen und Blutreste entfernen.

Das Gemüse, die Pfefferkörner und die Fische in einen Topf geben, kaltes Wasser dazu und vorsichtig aufkochen lassen. Den Schaum, der sich oben bildet abschöpfen. Die Bouillon sollte nicht länger als 20 Minuten köcheln. Kocht man die Bouillon länger, so kann sie bitter werden

Die fertige Bouillon durch einen Durchschlag/Sieb gießen und mit Salz abschmecken. Anstelle der Fischbrühe sollte man keinen Fischfond verwenden, weil der eventuell zu salzig sein kann.

Zubereitung **Suppe**:

Während die Bouillon kocht, die Zutaten für die Suppe vorbereiten.

Das Gemüse in dünne Scheiben oder ½ cm breite Streifen schneiden. Gemüse und die Sahne in die Bouillon geben und aufkochen lassen. Danach die Hitze reduzieren und den Essig mit Rømme oder saurer Sahne untermischen. Zur Suppe geben und gut umrühren. Etwas Mehl in Wasser glatt rühren und unter ständigem Rühren in die Suppe geben. Die Suppe noch einmal aufkochen und mindestens 5 Minuten kochen lassen. Den Bacon in kleinen Stückchen bei mittlerer Wärme kross braten und beiseite legen.

Den Fisch in Suppenlöffelgröße schneiden und zur Suppe geben. Den Fisch in der Suppe ca. 5 Minuten ziehen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Suppe in großen tiefen Tellern servieren, Bacon drauf und frisches Brot dazu.

Tipp:

Man kann für diese Suppe sehr viele Arten Fisch und Schalentiere verwenden, oder man kann evtl. einige gute Fiskeboller in die Suppe tun.