



*Frische Grüße
aus der Region*



FÖRDE 
GARNELEN

Idee zu diesem Rezept –

ein Gericht mit den Produkten der Aquakulturproduzenten der Kieler Förde zu kreieren.

Unsere Fischsuppe besteht aus der Kieler Lachsforelle, der Kieler Fördemuschel und der Förde Garnele. Alle Arten werden nachhaltig an und in der Kieler Förde produziert.

Mehr über die Miesmuscheln und Lachsforellen erfahren sie unter www.kieler-meeresfarm.de sowie www.jaeger-kleinicke.de.

Meeresfrüchte-Fond aus der Kieler Förde

Zutaten (für 4 Personen)

12	Förde Garnelen
	Miesmuscheln
24	am besten aus der Kieler Förde www.kieler-meeresfarm.de
400 g	Filet von der Lachsforelle am besten aus der Kieler Förde www.jaeger-kleinicke.de
1	Zwiebel
1	Stange Sellerie
1	Karotte
1/2	Knolle Fenchel
1	Kartoffel
1	Knoblauchzehe
1 l	Fischfond
120 g	Mehl
100 g	Butter
1 EL	Tomatenmark
1 Prise	Safran
1 EL	Schnittlauch und Petersilie
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

Gemüse schneiden und in Butter dünsten. Mehl hinzugeben, anschließend Tomatenmark. Fischfond und Weißwein einrühren. 20 Minuten köcheln lassen.

Förde Garnelen vom Darm befreien. Mit kaltem Wasser abwaschen und abtrocknen. Das Fischfilet in kleine Stücke schneiden. Die Muscheln ggf. putzen und zusammen mit den Garnelen und dem Fisch in die Suppe geben und kochen lassen bis die Muscheln sich geöffnet haben.

Zum Schluss Schnittlauch, Petersilie und Safran einstreuen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dieses Rezept ist nur für den privaten Gebrauch und nicht für die gewerbliche Nutzung zugelassen. Alle Rechte vorbehalten.