



Französischer Fischtopf mit Rouille und Hofschnittkäse

Das braucht man für 2 Personen

- 2 Knoblauchzehen (geschält und fein gehackt)
- 4 EL Frühlingszwiebelringe
- 1 EL Olivenöl
- Je 50 g Lauch, Paprika, Stangensellerie und Fenchel (geputzt, gewaschen und grob gewürfelt)
- 1 Tomate (ca. 120 g)
- 150 g Seelachsfilet
- 400 ml Gemüsebrühe
- 1 EL Pastis (franz. Anislikör)
- 2 EL frisch gepresster Zitronensaft
- 1 EL Ayvar (Paprikapüree)
- Salz, Pfeffer
- 2 EL Mayonnaise
- 1 TL Harissa (nordafrikanische Chilipaste)
- 4 geröstete Baguette-Scheiben
- 80 g grob geriebener Hofschnittkäse

Und so wird's gemacht:

Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Hälfte des Knoblauchs, der Frühlingszwiebeln und der Gemüsegewürfel zugeben, alles 3-4 Minuten andünsten. Tomate waschen, vierteln, Stielansatz entfernen, Tomatenviertel quer halbieren. Seelachsfilet waschen und grob würfeln. Tomaten und Fisch zum Gemüse-Mix geben, Brühe, Pastis und Zitronensaft angießen, mit Ayvar, Salz und Pfeffer würzen. Suppe 15-20 Minuten köcheln lassen, dann fein pürieren. Für die Rouille Mayonnaise mit Harissa, dem restlichen Knoblauch und 1 EL Zitronensaft vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Servieren die Baguette-Scheiben mit Rouille bestreichen, mit Käse bestreuen, in die Suppenteller legen und die heiße Suppe darüber gießen.

*Und als Snack für zwischendurch gibt es **gebratenen Spargel mit Spiegelei und Hofhartkäse**: Für 2 Personen 400 g grünen Spargel putzen, waschen und schräg halbieren. Je 1 EL Butter und Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen, Spargelstücke zugeben, salzen, pfeffern und unter Rühren bei mittlerer Hitze 5-6 Minuten braten. In einer zweiten Pfanne ebenfalls mit je 1 EL Butter und Öl 2 Eier (M) aufschlagen, 3-4 Minuten braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Gebratenen Spargel auf zwei tiefe Teller verteilen, mit je 2 EL grob geriebenem Hofhartkäse bestreuen, Spiegeleier darauf anrichten und gleich servieren.*