

Fiskesuppe

- **4 personer**

Ingredienser:

Fiskefond

- 1 kg fiskeben eller torskehoveder
- 1 l vand
- 4 stængler frisk timian
- 3 porrer finthakket
- 4 stængler bladselleri finthakket
- 2 løg finthakket
- 4 fed hvidløg finthakket
- 1 fennikel finthakket
- 2 dl hvidvin
- 1 tsk. peberkorn

Fiskesuppe

- 1 løg finthakket
- 1 fed hvidløg finthakket
- 8 dl fiskefond, gerne hjemmelavet jf ovenstående opskrift
- 1 gulerod, skåret i tynde strimler
- ½ squash, skåret i tynde strimler
- 1 porre, skåret i tynde strimler
- 1 rød peberfrugt, skåret i tynde strimler
- 300 g torskefiletter, sej, kulmule eller lign, skåret i tern
- 150 g laksefiletter, skåret i tern
- 2 1/2 dl piskefløde
- 2 dl hvidvin
- 1 økologisk citron, fintrevet skal og saft herfra
- 1 håndfuld frisk dild, grofthakket + gem lidt til pynt
- Sort peber, friskkværnet
- salt
- 1 spsk. smør + lidt olie



Sådan gør du:

Fiskefond

Kom alle ingredienserne til fiskefonden i en gryde og bring det i kog. Så snart der dannes skum på overfladen fjernes det med en ske, da det ellers vil gøre fonden grumset og uklar. Lad det simre i 20 minutter, hvor der løbende skummes af, sigt derefter fonden gennem en finmasket sigte. Kasser al fyldet og brug fonden til fiskesuppe.

Fiskefond kan sagtens forberedes i forvejen og holder frisk ca. 2 dage på køl eller 2 måneder på frost.

Fiskesuppe

Sauter løg og hvidløg i en gryde i lidt olie ved middelfarve til de er klare og bløde. Tilsæt derefter fiskefond og hvidvin og bring den op til kogepunktet.

Tilsæt fløde, gulerod, squashporre og peberfrugt, samt fiske stykker skåret i tern. Lad suppe simre i 2 minutter, tilsæt en spsk smør og smag derefter den lækre fiskesuppe til med citronsaft, fintrevet citronskal, salt, peber, dild og evt. ekstra fløde.