



FISCHTOPF MIT FENCHEL (QSB)



QimiQ AVANTAGES

- Cremiger Genuss bei weniger Fett
- Sämige Konsistenz im Handumdrehen



15



INGRÉDIENTS POUR 10 PORTIONS

750 g

750 g Zanderfilet, grob gehackt

750 g Kabeljaufilet, Filet de cabillaud, grob gehackt

Jus d'un citron

Sel

3 Stück Fenchelknolle(n) à 300 g, in feine Streifen geschnitten

450 g Poivron(s) vert(s), coupé en petits dés

3 Gousse(s) d'ail, émincées

3 TL Fenchelsamen, getrocknet

3 cs Huile d'olive

900 ml Bouillon de légumes

Kräutersalz

Feuille de laurier

Coriandre

600 g Tomate(s), in Spalten geschnitten

Fenchelgrün, fein gehackt

PRÉPARATION

1. Fisch mit Zitronensaft und Salz würzen und ziehen lassen.
2. Fenchel, Paprika, Knoblauch und Fenchelsamen in Öl andünsten. Suppe aufgießen, Gewürze und QimiQ Saucenbasis dazugeben und bis zur gewünschten Sämigkeit weiterköcheln lassen.
3. Abgetropften Fisch und Tomaten dazugeben und ca. 4 Minuten gar ziehen lassen.