

Aal Rezepte

Russische Aalborschtsch Suppe

Anzahl: 4 Portionen - Gattung: Suppe, Fisch, Eintopf, Suppe, Russland

FISCHFOND

100 g	Staudensellerie	- Seezunge)
80 g	Porree (nur das Weiße)	2 Stiele Thymian
50 g	Champignons	1 Lorbeerblatt
1	Zwiebel (50 g)	5 Stiele Glatte Petersilie
1 kg	Fischkarkassen von mageren - Weißfischen (am - besten Steinbutt und	6 Pfefferkörner (zerdrückt) Salz

BORSCHTSCH

3	kleine Rote Beten (ca. 200 g)	100 ml	Rote-Bete-Saft (Reformhaus) - (evtl. mehr)
1	Teel. Kümmel Salz		Pfeffer
80 g	Prinzessbohnen	2	Essl. Trockener Wermut (z. B. - Noilly Prat)
8	kleine Weiße Champignons	4	Stiele Thymian
1	Räucheraal (300 g)	4	Stiele Dill
100 ml	Weißwein		

1. Für den Fischfond Sellerie, Porree und Champignons waschen und grob zerteilen. Zwiebel ungepellt halbieren. Kiemen aus den Fischköpfen entfernen, die Karkassen unter fließend kaltem Wasser gründlich abspülen, bis das Wasser klar bleibt. In einem großen Topf Karkassen, Gemüse, Kräuter und Gewürze mit 1,5 Ltr. kaltem Wasser bei mittlerer Hitze 45 Minuten ziehen lassen (nicht kochen!). Den dabei entstehenden Schaum mit einer Schaumkelle sorgfältig abschöpfen. Zum Schluss den Fond vorsichtig durch ein mit Küchentuch ausgelegtes Spitzsieb in einen zweiten Topf gießen.

2. Für den Borschtsch die Rote Bete in reichlich kochendem Salzwasser mit Kümmel in 35-40 Minuten bissfest garen. Abgießen, ausdämpfen und abkühlen lassen. Rote Bete pellen, in 3-4 mm dicke Streifen schneiden und beiseite stellen. Bohnen putzen, in 3-4 cm große Stücke schneiden, in kochendem Salzwasser 2 Minuten blanchieren, abschrecken und in einem Sieb gut abtropfen lassen. Champignons putzen und in 1-2 mm dicke Scheiben schneiden. Vom Aal den Kopf abschneiden, das Aalfleisch von der Mittelgräte lösen, die Haut abziehen. Kopf und Haut beiseite legen. Aalfleisch in 1-1 1/2 cm breite Stücke schneiden.

3. Vom Fischfond 1 Ltr. abmessen und mit dem Weisswein bei mittlerer Hitze auf 800 ml einkochen lassen. Dann vorsichtig durch ein doppelt gefaltetes Küchentuch in einen anderen Topf gießen. Rote-Bete-Saft, Aalkopf und -haut dazugeben, 5-10 Minuten bei mittlerer Hitze ziehen lassen (je nachdem, wie intensiv der Rauchgeschmack sein soll). Aalkopf und -haut entfernen, das vorbereitete Gemüse in die Suppe geben, mit Salz, Pfeffer und Wermut würzen.

4. Abgezupfte Thymianblätter, Dillspitzen und Aalstücke auf Suppenteller verteilen, mit der heißen Suppe auffüllen. ---- : Zubereitungszeit 1:20 Stunden