

Fischfond

Selbst gemacht-Grundrezept

Zutaten:

1	-	kg Fischkarkassen
60	-	gr Butter
3-4	-	Zwiebeln oder Schalotten, fein geschnitten
80	-	gr Lauch, den hellen, innen Teil, fein geschnitten
½	-	Fenchelknolle, fein geschnitten
80	-	gr Stangensellerie, fein geschnitten
100	-	gr Petersilienwurzel
½	-	TL weisse Pfefferkörner, zerstoßen
1	-	Lorbeerblatt
2-3	-	Thymianzweige
5	-	dl trockenen Weisswein
2	-	Liter kaltes Wasser

Zubereitung:

Die Fischkarkassen grob zerkleinern, in einer Schüssel unter fließendem Wasser circa 20-Minuten gründlich so lange ausspülen, bis das Wasser glasklar ist. In einem Sieb abtropfen lassen.

Die Karkassen in der Butter unter Wenden circa 3-4 Minuten andünsten, ohne dass sie Farbe annehmen. Das Gemüse zu den Karkassen geben, mit Weisswein ablöschen und mit kaltem Wasser aufgießen bis die Karkassen und das Gemüse bedeckt sind.

Die Gewürze hinzugeben, die Brühe aufkochen, den Schaum wiederholt von der Oberfläche abschöpfen und circa 20-30 Minuten schwach köcheln lassen.

Den Fischfond durch ein mit einem Tuch ausgelegtem Sieb passieren, die Flüssigkeit nach Belieben einreduzieren und abschmecken.

Tipp:

Den Fond bis zur Weiterverarbeitung in Eiswürfelbehälter oder ähnliches tiefkühlen. So kann die benötigte Fondmenge bestens dosiert werden und eine Vorbereitung ist optimal möglich.

Eignet sich hervorragend zur Herstellung von Saucen und Suppen, in Begleitung von Fischen.