

# Lieblingsrezepte rund um den Globus

## Italien - Zuppa di Pesce

---

*Ein Rezept aus Apulien, das in wenigen Minuten zubereitet ist und  
Urlaubserinnerungen weckt*



*Rezept für 4 Personen*

- 1 kg Fischfilets (gemischte Fischarten)
  - 250 g geschälte Garnelen
  - 4 Stangen Staudensellerie
  - 1 Bund glatte Petersilie
  - 375 ml Weißwein oder Fischbrühe
  - 800 g Dosentomaten
  - 2 Zwiebeln
  - 4 Knoblauchzehen
  - 6 EL Olivenöl
  - 1/2 TL schwarze Pfefferkörner
  - Salz
  - Pfeffer
1. Fischfilets in Portionsstücke schneiden, leicht mit Salz bestreuen und kühl stellen.
  2. Staudensellerie waschen, in 1cm große Stücke schneiden. Das Grün grob hacken und für später beiseite stellen.

3. Dosentomaten in ein Sieb geben und den Saft auffangen. Tomaten in grobe Stücke schneiden.
4. Knoblauchzehen und Pfefferkörner im Mörser zerquetschen und 2 EL Olivenöl dazu geben.
5. Zwiebeln schälen, grob hacken
6. In einem großen Topf 4 EL Olivenöl erhitzen. Gehackte Zwiebeln und Staudensellerie dazu geben und kurz andünsten.
7. Die Tomaten dazu geben, Weisswein oder Brühe zugießen und kräftig aufkochen lassen.
8. Knoblauchmischung einrühren und das Ganze etwas salzen.
9. Nach und nach den aufgefangenen Tomatensaft dazu geben und nochmals 5 Min. kräftig köcheln lassen.
10. Nun die Fischstücke in den Topf geben. Deckel auflegen und 5 Min. bei milder Hitze garen. Nach 5 Min. die Garnelen dazu geben und weitere 5 Min. fertig garen.
11. Mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen
12. Petersilie und Selleriegrün auf die fertige Zuppa di Pesce streuen.

***Guten Appetit***

<http://www.mjpics.de/rezepte/zuppa-di-pesce-fischsuppe/>