

## REZEPT



REZEPTTITEL

### Französische Fischsuppe mit Rotbarsch, Garnelen & Muscheln

FÜR

2 Personen

AUS DEM FEATURE

Gaumenschmaus Sea Food:  
Zutaten aus dem Meer

KONTRIBUTOR

Magdalena Muttenthaler  
kaiserlichundkoeniglich.de

SISTERMAG  
N°29

### ZUTATEN

500g Rotbarsch/Polardorsch (oder sonstiger festkochender Fisch)

200g sonstige Meeresfrüchte (Muscheln, Garnelen oder auch Jakobsmuscheln oder Tintenfisch)

1 Zwiebel

200g Kartoffeln

2 Karotten

1 Lauchstange

1 Lorbeerblatt

½ Liter Wasser

½ Liter trockener Weißwein

1 Dose Tomaten in Stücken

4 Eigelb

2 Knoblauchzehen

1 Zitrone

reichlich Olivenöl, etwas Petersilie, Meersalz und frisch gemahlener Pfeffer

### ZUBEREITUNG

1. Karotten und Kartoffeln schälen und mit dem Hobel oder dem Schäler in ganz feine Scheiben/Streifen schneiden.
2. Fisch in mundgerechte Stücke schneiden und mit dem Saft einer halben Zitrone beträufeln.
3. Zwiebel klein schneiden, Lauch längs halbieren und in Scheiben schneiden und gemeinsam mit den feinen Gemüsescheiben in 4 Esslöffeln Olivenöl anschwitzen.
4. Mit dem Wasser und den Dosentomaten ablöschen. Mit reichlich Meersalz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen und gemeinsam mit dem Lorbeerblatt 30 Minuten leicht köcheln lassen. Danach den Weißwein hinzugeben.
5. Während die Suppe weiterköchelt, die Eiertrennen. Die Eigelbe mit der gepressten Knoblauchzehe in einem hohen Gefäß mit



#### FORTSETZUNG

einem Mixer schaumig rühren und dann ganz lang-sam 125 ml Olivenöl einfließen lassen, bis ei-ne cremige, dickflüssige Masse entsteht.

6. Suppe von der Herdplatte nehmen, Eigelbmasse langsam einrühren.
7. Zuletzt Fisch und Meeresfrüchte einlegen und diese nur noch 7 Minuten ziehen lassen.
8. Mit Zitronenschreibe aus der anderen Hälfte der Zitrone, grob gehackter Petersilie und geröstetem Brot servieren.

## REZEPT



REZEPTTITEL

### Tagliatelle mit Venus- & Mies- muscheln in scharfer Tomatensauce

FÜR

2 Personen

AUS DEM FEATURE

Gaumenschmaus Sea Food:  
Zutaten aus dem Meer

KONTRIBUTOR

Magdalena Muttenthaler  
kaiserlichundkoeniglich.de

SISTERMAG

N°29

### ZUTATEN

1 rote Zwiebel

2 Knoblauchzehen

1 Chili

3 EL Tomatenmark

1 Dose Tomaten in Stücken

125ml Weißwein

500g Muscheln

2 Handvoll (bunte) Kirschtomaten

250g Tagliatelle

1 Handvoll Petersilie

etwas Olivenöl, Meersalz und  
frisch gemahlener Pfeffer

### ZUBEREITUNG

1. Einen großen Topf Wasser für die Tagliatelle zum Kochen bringen.
2. In der Zwischenzeit Zwiebel, Knoblauch und eine Hälfte der Chili klein schneiden und in etwas Olivenöl anschwitzen.
3. Tomatenmark hinzugeben, etwas mitbraten lassen und dann mit den Dosentomaten und dem Weißwein ablöschen.
4. Muscheln hinzugeben und ca. 10 bis 15 Minuten auf mittlerer Hitze köcheln lassen, bis sich die Muscheln weit geöffnet haben und ein Großteil der Flüssigkeit verdampft ist.
5. Mit Meersalz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen.
6. Wenn das Wasser für die Nudeln kocht, reichlich Salz hinzugeben und die Tagliatelle nach Anleitung kochen.



#### FORTSETZUNG

7. Kurz vor dem Servieren die Cherry-Tomaten noch unter die Muschelsauce heben.
8. Die Pasta in eine große Schüssel geben, mit der Muschelsauce übergießen und mit Zitronenscheiben, frischer Petersilie und dem Rest der Chili servieren.

## REZEPT



REZEPTTITEL

### Gegrillte Black-Tiger-Garnelen mit Koriander-Walnuss-Pesto & Ricotta

FÜR

2 Personen

AUS DEM FEATURE

Gaumenschmaus Sea Food:  
Zutaten aus dem Meer

KONTRIBUTOR

Magdalena Muttenthaler  
kaiserlichundkoeniglich.de

SISTERMAG

N°29

### ZUTATEN

6-8 Black-Tiger-Garnelen

1 Handvoll Walnüsse

2 Handvoll Koriander

1 Knoblauchzehe

2 Esslöffel Parmesan, gerieben

2 Limetten

reichlich Olivenöl

1 Chili

120g Ricotta

etwas Meersalz und frisch gemahlener Pfeffer

### ZUBEREITUNG

- 1. Für das Pesto:** Die Walnüsse grob hacken, in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten und zusammen mit einer Handvoll Koriander, dem Knoblauch, dem geriebenem Parmesan und dem Abrieb von einer Limette in ein hohes Gefäß geben.
- 3 bis 4 Esslöffel Olivenöl darübergerben und mit dem Zauberstab fein pürieren. Nach und nach so viel Olivenöl sowie Saft von der Limette (von der bereits der Abrieb verwendet wurde) hinzugeben, bis das Pesto die gewünschte Konsistenz erreicht.
- Zuletzt mit etwas Meersalz und frisch gemahlener Pfeffer abschmecken.
- 4. Für die Garnelen:** Grill (oder auch Grillpfanne) aufheizen lassen, Garnelen mit etwas Olivenöl innen und außen einstreichen und zunächst geöffnet (falls nicht bereits am Fischmarkt eingeschnitten, der Länge nach bis



#### FORTSETZUNG

zu Schwanz aufschneiden) auf den Grill legen.

5. Von der Innenseite sowie von beiden Außenseiten jeweils ca. 4 Minuten grillen, bis sich die Garnelen leicht orange färben.
6. Garnelen vom Grill nehmen, mit etwas Meersalz und frisch gemahltem Pfeffer würzen und auf einer Platte anrichten.
7. Mit einem kleinen Löffel Koriander-Walnuss-Pesto sowie etwas Ricotta über den Garnelen verteilen.
8. Den restlichen Koriander grob hacken, die Chili in feine Scheiben schneiden und zum über den Garnelen verteilen. Mit Limettenstücken servieren.