

Fischfond

Zutaten

1 kg	Fischkarkassen (nur weißfleischige Fische!)
1 Stange	Lauch
1 Stange	Staudensellerie
1/2	Fenchelknolle
1	Petersilienwurzel
2	Schalotten
1 EL	Butter
1/2 l	Weißwein
2 l	Wasser
2 Zweige	Thymian
2	Lorbeerblätter
ein paar	weiße Pfefferkörner



Zubereitung

1.

Die Karkassen waschen und grob zerteilen. Reste von Innereien und auch die Kiemen entfernen. Sorgfältig unter fließendem kaltem Wasser reinigen.

2.

Das Gemüse putzen und gleichmäßig würfeln.

3.

Die Fischkarkassen ca. 3 Minuten rundherum in Butter anschwitzen.

Das Gemüse zugeben und mitdünsten. Mit Weißwein aufgießen und etwas einkochen lassen.

4.

Dann mit kaltem Wasser aufgießen, Kräuter und Gewürze zugeben, aufkochen lassen und sorgfältig abschäumen. Den Fond max. 30 Minuten im offenen Topf kochen, dann durch ein Passiertuch gießen.

5.

Anschließend kann der Fischfond noch weiter reduziert werden (z.B.: für Saucen) oder auch portionsweise eingefroren werden.