



Tomaten-Basilikum-Suppe mit Forellenfilets

KSW 04.09.2015, Vorspeisen

kochen 10 · portionen 4 · quelle ZDF, Lafer!Lichter!Lecker!

ZUTATEN

FÜR DIE SUPPE

500g Strauchtomaten

1 Zwiebel

1 Stange Staudensellerie

2EL Olivenöl

100ml Weisswein

200ml Gemüsebrühe

1 Bund Basilikum

Salz

Pfeffer

FÜR DIE FORELLE

2 Forellenfilets

1 Zitrone

Salz

Pfeffer, aus der Mühle

ZUBEREITUNG

Tomaten und Sellerie waschen. Tomaten vierteln, vom Sellerie die Fäden ziehen und in Stücke schneiden. Zwiebeln schälen und klein würfeln.

Zwei Esslöffel Olivenöl in einem Bräter erhitzen und Tomaten, Zwiebeln und Sellerie darin anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Weisswein ablöschen. Gemüsebrühe angießen.

Basilikum abbrausen, Blätter von den Stielen zupfen und beiseite stellen. Stiele mit in die Suppe geben. Alles bei geschlossenem Deckel 15 Minuten köcheln.

Basilikum und restliches Olivenöl im Mörser mit einer Prise Salz und Pfeffer zu einer Paste zerreiben.

Forellenfilets abbrausen, trocknen und mit der Fleischseite nach unten in eine Auflaufform legen. Zitrone in Scheiben schneiden und auf den Forellenfilets verteilen. Olivenöl darüber träufeln und im vorgeheizten Backofen bei 120 Grad (Ober-/Unterhitze) zehn Minuten garen.

Die Suppe durch eine Flotte Lotte (Passiersieb) streichen und nochmals aufkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in tiefen Tellern anrichten.

Die Forellenfilets sind gar, wenn sich die Haut leicht abziehen lässt. Gehäutete Filets leicht salzen und pfeffern und in die Suppe geben. Die Basilikumpaste darüber träufeln und servieren.