



Skandinavischer Fischeintopf

mit Kartoffeln und Dill



20-30min



3-4 Personen

Eine wohltuende, cremige Kartoffelsuppe mit frischem Dill und geräuchertem Forellenfilet ist perfekt, um es sich zu Hause so richtig gemütlich zu machen. Ein paar Kerzen dazu und schon wird es ganz „hyggelig“.

Was du von uns bekommst

- 1kg festkochende Kartoffeln
- 2 Zwiebeln
- 1 Stange Lauch
- 2 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 2 Stangensellerie ⁹
- 2 Packungen geräuchertes Forellenfilet ⁴
- 20g frischer Dill
- 1 Becher Crème fraîche ⁷

Was du zu Hause benötigst

- Pflanzenöl
- Salz und schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- großer Kochtopf
- Sparschäler
- Messbecher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Fisch (4), Milch (7), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 471kcal, Fett 20.9g, Kohlenhydrate 45.3g, Eiweiß 20.6g



1. Gemüse schneiden

Die **Kartoffeln** schälen und in 1–2cm große Stücke schneiden. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Lauch** in ca. 0,5cm breite Ringe schneiden.



2. Eintopf ansetzen

Die **Kartoffeln**, die **Zwiebeln** und den **Lauch** in einem großen Topf mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 2–3Min. anschwitzen. Mit 1,5L Wasser ablöschen und das **Brühgewürz** unterrühren. Den **Eintopf** 8–9Min. köcheln lassen.



3. Sellerie schneiden

Inzwischen den **Sellerie** schräg in ca. 1cm breite Streifen schneiden. Nach ca. 3Min. Kochzeit mit in den **Eintopf** geben und mitköcheln lassen.



4. Fisch vorbereiten

Die **Forellenfilets** in mundgerechte Stücke schneiden und mit etwas Pfeffer würzen. Evtl. vorhandene Gräten entfernen. Den **Dill samt Stängeln** fein schneiden, einige **Dillspitzen** für die **Garnitur** beiseitelegen.



5. Crème fraîche einrühren

Nach Ende der Kochzeit die **Crème fraîche** und den geschnittenen **Dill** in den **Eintopf** einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Anrichten und servieren

Den **Eintopf** auf tiefe Teller verteilen, den **Fisch** darauf anrichten und mit den **Dillspitzen** garniert servieren.