



# Fiskesuppe

4 personer

## Det skal du bruge: til fiskefond

1-2 torskehoveder  
4 gulerødder  
2 porer  
1 løg  
15 sorte peberkorn  
4-5 laurbærblade  
2½ ltr. Vand  
salt

## Fiskesuppe:

250 g Torskefilet uden skind  
150 g laksefilet uden skind  
2½ dl piskefløde  
1 ltr fiskefond  
300 gram grøntsager – gulerødder – squash -  
rødpeberfrugt – eller andet grøntsager.  
salt, peber  
Citronsaft af 1 citron  
Frisk dild

## Sådan gør du: til fiskefond

Rens torskehovederne godt under rindende vand og kom dem i gryden.  
Rens grøntsagerne godt.  
gulerødder og porer i skiver  
løg i kvarte.  
kom alle ingredienserne i gryden  
Dæk med vand  
Kog i ½ time og skum et par gange, sluk og lad det trække i 10 min.

Si alt det grove fra og si fonden gennem et viskestykke.  
Kog fonden ind en times tid for at koncentrere smagen en smule.

## Fiskesuppe:

Tag 1 ltr fond og kom den i en gryde. Bring det i kog og tilsæt fløden. Lad det koge i 5 min.. Tilsæt de finthakkede grøntsager og kog det i et par min. Kom fiskestykkerne i og kog dem med i 1-2 min  
Smag suppen til med citronsaft, salt og peber  
Serveres med hjemmebagt flutes eller groft brød

Velbekomme

[www.finn-ekelund.dk](http://www.finn-ekelund.dk)