

Fish Chowder

Zutaten: Fisch gefroren, 2 Sorten
Tiefgefrorene Garnelen und oder auch Krebsfleisch
Kartoffeln (nach Bedarf)
2 bis 3 rote Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
Pfeffer, Salz, Paprika (edelsüß)
1 Pkg Kondensmilch 10%
Butter

1: die Zwiebeln und den Knoblauch klein schneiden und mit etwas Butter in eine Pfanne geben.



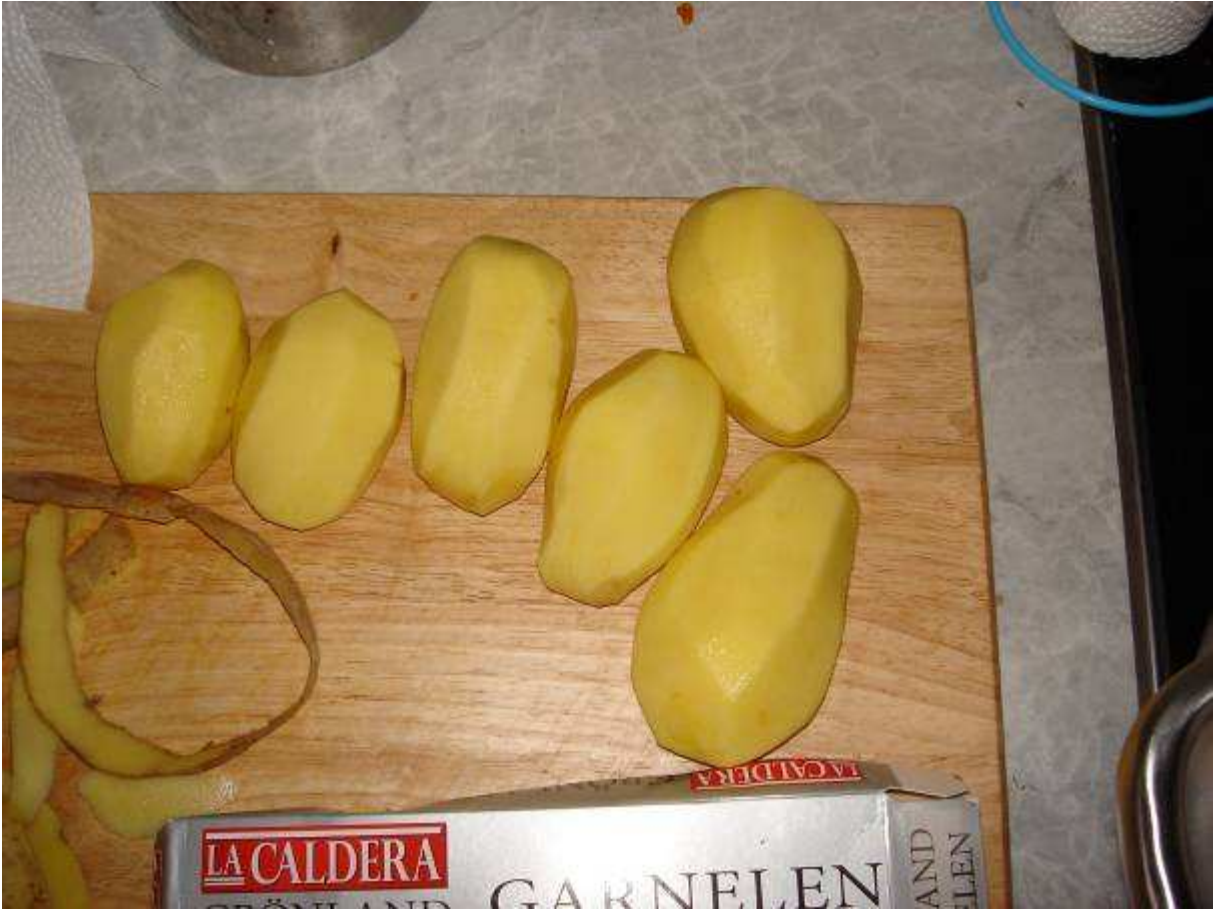
Das ganze leicht anbraten.

2: Einen großen Topf nehmen und mit ca 2 L Wasser auffüllen.

Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden.

Die Garnelen kann man jetzt schon aus dem Gefrierschrank nehmen und antauen lassen.







3: Ich gebe die Garnelen dann in die Pfanne und gebe nach Bedarf Pfeffer und Paprikapulver hinzu, Rühre gut um und lege einen Deckel darauf.



Die klein geschnittenen Kartoffeln werden mit Salz in den großen Topf gegeben. Die Temperatur so regeln, dass diese langsam kochen.

Den Deckel bei den Garnelen solange darauf lassen bis es ganz schaumig aussieht.

Den Deckel erstmal entfernen gut umrühren und die Temperatur herunterdrehen, da sonst die ganze Flüssigkeit verdunstet und die Garnelen trocken werden.





4: Dann hole den Fisch aus dem Gefrierschrank und hole wie in meinem Beispiel 4 Stücken Kabeljaufilet und 5 Alaskaseehechtfilet heraus.





ALASKA
SEELACHSFILET



ZERTIFIZIERTE
NACHHALTIGE
FISCHEREI
MSC



Die Filets antauen lassen, das Schneiden und Würfeln geht so leichter.



Die Kartoffeln sind gut wenn diese noch nicht ganz durch sind.



Nun den Inhalt der Pfanne zu den Kartoffeln geben und umrühren.



Den kleingeschnittenen Fisch noch eine Weile antauen lassen und dann die Würfel in den Topf geben. Der Inhalt des Topfes darf nicht kochen.



Den Topf jetzt auf Stufe 2 bis 4 lassen und hin und wieder umrühren.
Jetzt die Kondensmilch zu dem Chowder geben



Zum Schluß gut umrühren und noch ein Stück Butter oben drauf geben.



Die Herdplatte abdrehen aber den Topf darauf stehen lassen.

Das ganze sollte dann so oder ähnlich aussehen.



Und Fertig. Guten Appetit

