

## Fischfond

### Zutaten

- Fischkarkassen
- 1 Zwiebel
- Wacholderkörner
- Lorbeer
- Weißwein
- Stern-Anis
- 1 Karotte
- 1 Kopf Sellerie
- 1 Stange Lauch
- Salz
- (ggf. Pernod)

### Zubereitung

Sellerie schälen und in Stücke schneiden.

Zwiebel halbieren und in den Topf geben

Karotte und Lauch in Stücke schneiden und alles in einen Topf geben.

Fischkarkassen in den Topf geben und Wasser zugeben bis die Masse bedeckt ist.

Weißwein zugeben.

Mit Meersalz salzen.

Ohne Deckel kochen.

Durch ein Sieb seihen und Einkochen (reduzieren).

Der Fischfond sollte nach Möglichkeit nur einmal kurz aufköcheln und dann lässt man ihn bei ca. 80-90 Grad ziehen. Also kleinste Flamme bei Gas, bei Elektro (bei Stufe 1-6) auf Stufe 2. Der Fischfond bleibt so eher klar.



*(mitgeschrieben bei einem Kochkurs im Landgasthaus zur Traube,  
Waldems-Bermbach, <http://www.traube-bermbach.de>)*