

Johann Lafer | Provenzalischer Meeresfrüchte-Eintopf

Zutaten für 4 Personen:

- 400 g Venus- oder Herzmuscheln
- 200 g kleine Tintenfischtuben
- 8 Garnelen, küchenfertig
- 3 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 6 Tomaten
- 100 g grüne Oliven ohne Stein
- 100 g schwarze Oliven ohne Stein
- 150 g Weißwein
- 300 ml Fischfond
- 30 ml Olivenöl
- 1 Zweig Basilikum
- Chili aus der Mühle
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Olivenöl in einem Topf erhitzen. Tintenfische und Garnelen darin kurz anbraten, herausnehmen und beiseite stellen.

Die Muscheln unter fließendem Wasser abspülen, alle geöffneten Muscheln aussortieren. Muscheln ebenfalls in der Pfanne anschwitzen, mit Weißwein und Fischfond ablöschen und bei geschlossenem Deckel ca. 3 – 5 Minuten garen. Anschließend herausnehmen und beiseite stellen.

Schalotten und Knoblauch schälen, Schalotten in Streifen schneiden, Knoblauch fein würfeln. Tomaten häuten, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Schalotten, Knoblauch, Tomatenviertel und Oliven in dem gleichen Topf anschwitzen. Garnelen, Tintenfische und Muscheln zugeben, darin wieder erwärmen und den Eintopf mit Salz, Pfeffer und Chili kräftig abschmecken. Basilikum zupfen, in Streifen schneiden und den Eintopf damit vollenden.

Dazu schmecken mit Olivenöl geröstete Baguettescheiben.

Rezept: Johann Lafer

Quelle: Lafer! Lichter! Lecker! vom 10.11.2007

Prominente Gäste: Jenny Elvers & Wayne Carpendale