

Fischeintopf mit Tomaten, Zwiebeln und Oliven



Zutaten

Für 4–6 Personen

1 kg Tomate
500 g Zwiebeln
0.5 Bund Thymian
2–3 Blätter Salbei
4–5 Esslöffel Olivenöl
100 g Oliven schwarz
1 ½ – 2 dl Weisswein oder
Gemüsebouillon
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
800 g gemischter Meerfisch, als Filets
oder in Tranchen
0.5 Bund Petersilie

Die Tomaten kurz in kochendes Wasser geben, dann kalt abschrecken, häuten und in Würfel schneiden.

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Thymianblättchen von den Zweigen zupfen. Salbeiblätter fein schneiden.

In einer grossen, weiten Pfanne das Olivenöl erhitzen. Die Zwiebeln darin andünsten. Dann Tomaten, Kräuter und Oliven, sowie den Weisswein oder die Gemüsebouillon beifügen, aufkochen, mit Salz und Pfeffer würzen. Alles 30 Minuten zugedeckt leise kochen lassen.

Den Fisch mit Salz und Pfeffer würzen und nach 30 Minuten Garzeit in die Sauce legen. Zugedeckt auf kleinem Feuer 10–15 Minuten gar ziehen lassen.

Die Petersilie fein hacken und vor dem Servieren über den Fischtopf streuen.