

## Portugiesischer Fischeintopf (Cataplana)

2 [Zwiebel\(n\)](#)

3 [Knoblauchzehe\(n\)](#)

etwas [Olivenöl](#)

6 Dose/n [Tomate\(n\), geschälte möglichst aromatisch](#)

250 ml Fischfond

6 EL Weißwein

1 Zitrone(n), Saft davon

2 EL Zucker

2 Paprikaschote(n)

2 [Möhre\(n\)](#)

n. B. Salz, Pfeffer

1 kg Fischfilet (Kabeljau, Rotbarsch, Lachs o.ä.)

0,2 kg Meeresfrüchte (Krabben, Muscheln o.ä.)

n. B. [Kartoffeln](#)

### Zubereitung

---

Zwiebeln und Knoblauch in Olivenöl in der Pfanne leicht bräunen.

Tomaten pürieren (Zauberstab) und in einen großen Topf geben (Fondue, Kupfer, Edelstahl). Die gebräunten Zwiebeln hinzufügen und fast zum Kochen bringen.

Fisch und Meeresfrüchte in der Tomatenbrühe kurz aufkochen, vom Herd nehmen und 20 Minuten gar ziehen lassen. Gar ziehen (ohne weitere Wärmezufuhr!) ist wichtig, damit der Fisch nicht austrocknet, sondern saftig bleibt und optimal gart (ein genereller Tipp für Fisch).

Die Salzkartoffeln in Scheiben schneiden und auf der noch heißen Herdplatte für die Brühe kochen. Nach dem Garen des Fisches auch die Kartoffeln in die Tomatenbrühe geben.

Fischtopf mit Rechaud und großer Schöpfkelle in die Tischmitte stellen (Selbstbedienung).

Dazu schmeckt am besten ein frischer Weißwein (z. B. Weißburgunder, Riesling).

**Zubereitungszeit:** ca. 30 Min.