Fischfond

Zutaten :

1 kg	Fisch (Abschnitte ohne Innereien)
100 g	Möhre(n)
100 g	Knollensellerie
100 g	Zwiebel(n)
2	Knoblauchzehe(n)
1 Bund	Kräuter (Sellerieblätter, Estragon, Liebstöckel,Thymian,Lorbeerblatt)
einige	Wacholderbeeren
1 EL	Pastis
n. B.	Wasser
	Pfeffer, weiß, (möglichst aus der Mühle)
	Salz, Kreutzkümmel

Alle Zutaten mit warmem Wasser aufgießen und langsam aufköcheln lassen. Den sich bildenden Schaum abschöpfen. Der Fischfond muss nicht einkochen. Nach ca. 20 min köcheln, ist dieser fertig und kann durch ein Sieb passiert werden.

Der Fond eignet sich als Grund für viele Suppen und Soßen.