

## Garnelenfond

Zutaten ergibt etwa ½ Liter Fond:

Köpfe und Karkassen von 12 großen Garnelen,  
250 g Möhren,  
50 g Staudensellerie,  
50 g weißen Lauch,  
1 große Zwiebel oder 2 Schalotten,  
2 Knoblauchzehen,  
2 Strauchtomaten,  
4 EL Olivenöl,  
2 cl Cognac,  
20 g Butter,  
1 Lorbeerblatt, 1 Nelke,  
3 zerdrückte Wachholderbeeren,  
etwas getrockneten Estragon und Thymian,  
2 EL Tomatenmark,  
Salz, frisch gemahlener weißer Pfeffer,



### Zubereitung:

Wieso macht man einen „Garnelenfond“? Wir hatten neulich 12 große frische Garnelen. Garnelen schmecken am Besten, wenn sie roh in Olivenöl angebraten werden. Servieren sollte man sie allerdings ohne Kopf und bis zur Schwanzflosse ausgepult. Also bleiben in der Küche Köpfe und Karkassen. Warum nicht probieren, daraus einen Fond zu machen? Also habe ich die Garnelenköpfe und -Karkassen in 2 EL Olivenöl (nochmals) scharf angebraten. Dann mit Cognac abgelöscht und beiseite gestellt.

Das Gemüse geputzt und in Scheiben geschnitten. Die Tomaten geviertelt. Dann das Gemüse in Butter angeschwitzt, Gewürze zugegeben und unter die Karkassen gemischt. Mit kaltem Wasser bedeckt, langsam zum Kochen gebracht und das geronnene Eiweiß immer wieder abgeschöpft. Das Ganze durfte 40 Minuten köcheln. Dann habe ich ein sehr feines Sieb in eine Schüssel gehängt, mit einem Geschirrtuch ausgelegt und den Fond nach und nach hinein geschöpft und gut ablaufen lassen. Die Enden des Tuches zum Schluss zusammengefasst und leicht gedreht. Dadurch geraten noch Inhaltsstoffe in den Fond.

Tipp: Da die Herstellung von Garnelen- bzw. Krebsfond sehr zeitaufwendig ist, empfiehlt es sich, sie auf Vorrat zuzubereiten und am besten in kleinen Portionen einzufrieren, um sie bei Bedarf schnell zur Verfügung zu haben.

Im Bild: Auf der Haut gebratene Doradenfilets mit Soße auf der Basis eines Garnelenfond.