

# FISCHSUPPE AUS NIGERIA

VON  
ELISABETH HAUG OARE

## Zutaten für 4 Personen

- 400g Pangasiusfisch
- Reis, Yamswurzel oder Kochbananen

## Gewürze

- 20g getrockneter Ingwer oder Ingwerpulver
- Atarikogewürz
- Alligatorpfeffer
- 50g Zwiebeln
- 1-2 Habanero Chili
- 2 Bouillonwürfel
- Pfefferminz-/Uzizablätter

## Zubereitung

- Gewürze zusammen mit Wasser aufkochen.
- Den Fisch für 15 Minuten und die Sauce 20 Minuten separat bei mittlerer Hitze kochen.
- Beides zusammenfügen und bei niedriger Hitze 10 Minuten lang dämpfen und entweder Pfefferminzblätter oder Bitter/Uzizzablätter hinzufügen.
- Diese Suppe kann man so essen oder zu Yamswurzel, Reis oder grünen Kochbananen servieren.

„Ich komme seit 2005 an die Afro-Pfingsten und liebe die tolle Stimmung am Festival.“

