

## Cacciucco



**Zubereitungszeit:** 120 min.

**Schwierigkeitsgrad:** Mittel

### Zutaten (2 Personen)

#### • Zutaten

- Tomatenfruchtfleisch in Stücken 500g 300 g
- Altbackenes Brot n. B.
- Garnelen 200 g
- Heuschreckenkrebs 100 g
- Karotten 80 g
- Knoblauch 1 Zehe
- Knurrhahn 250 g
- Miesmuscheln 200 g
- Oktopus 200 g
- Öl 20 g
- Petersilie n. B.
- Pfeffer n. B.
- Salz n. B.
- Seebarbe 200 g
- Seehecht 250 g
- Sellerie 80 g
- Tintenfische 100 g
- Venusmuscheln 100 g
- Zwiebel 80 g

**Für dieses Rezept haben wir verwendet:**



## Zubereitung

1. Karotten, Sellerie und Zwiebeln fein hacken und mit Öl, Knoblauch, Salz und Pfeffer in einem Schmortopf anbraten.
2. In der Zwischenzeit alle Fische und Meerestiere putzen und mit den (Gemüse- und Fisch-)Abfällen eine schöne Fischbrühe zubereiten.
3. Dieses Rezept ist etwas heikel, da die Kochzeiten der verschiedenen Fische unterschiedlich ist. Sie müssen also wohl überlegt in den Topf gegeben werden.
4. Die **Tomaten** zum angebratenen Gemüse hinzufügen und erst den rohen Oktopus, nach 30 Minuten die Fischbrühe und die Fische mit Gräten, nach weiteren 15 Minuten die Tintenfische und Krebse und nach weiteren 15 Minuten die Muscheln hinzufügen.
5. Die Garzeit ist beendet, wenn sich die Schalen geöffnet haben. Mit knusprigen Brotscheiben servieren.