

Rezeptur für Fischsuppe
Verfasst von Joseph von Lemgo 1252

Nehme einen großen Fisch, thöde ihn durch einen Schlag mit dem Stein auf den Kopf, schupp ihn, nimm ihn aus und wirf ihn im Stück in siedendes heißes Wasser oder Oliven Oel.

Erdwurzeln und Salz füge hinzu und koche mit allerlei Grünzeug 20 Minuten.

Wenn der Fisch zerfällt, löse die Gräten aus, Augen, Bäckchen und Hirn, die Zunge und werfe die Gräten in einen Wassertopf. Bilde kleine Fischstücken, füge sie der Fischbrühe hinzu, die du aus den Fischgräten nach langem Kochen gewonnen hast.

Schmecke die Suppe ab, gib viel Fischstücke hinzu und vermeide das Beiwerk von viel Erdwurzeln.

Aufgeschrieben anno dominus 1252 auf Mönchgut