

Bouillabaisse bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

1 mittelgroße Zwiebel, 2 große Fleischtomaten, 4 mittelgroße Knoblauchzehen, 1 kg Mittelmeerfische, 2 Esslöffel Olivenöl, 4 Blatt Lorbeer, 0,5 Bund Petersilie, 4 Päckchen Safran (à 0,1 gr), 1 l Wasser, Salz und Pfeffer aus der Mühle.

Die Vorbereitungen:

Die vorbereiteten Fische abspülen, trockentupfen und in handliche Stücke schneiden, Zwiebel schälen, halbieren und in schmale Streifen schneiden, die Tomaten mit kochendem Wasser übergießen, kurz ziehen lassen, abschrecken, häuten, entkernen und würfeln, Petersilie waschen, trockenschütteln und fein hacken, den Knoblauch schälen.

Die Zubereitung:

Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Zwiebelstreifen andünsten, Tomatenwürfel zugeben und den Knoblauch dazupressen. Petersilie, Safran, Salz und Pfeffer zugeben und zugedeckt 10 Minuten köcheln lassen.

Parallel das Wasser aufkochen, die vorbereiteten Fische auf das Zwiebelgemüse legen (zuerst die festfleischigen Fische) und rund 3 Minuten mitgaren, anschließend die weichfleischigen Fische zugeben und mit dem kochenden Wasser auffüllen. 10 Minuten kochen lassen und parallel die Rouille zubereiten.

Pro Person 2 dünne Scheiben Baguette rösten und alle in eine vorgewärmte Suppenterrine geben. Die Fische mit einem Schaumlöffel herausheben und auf einer kleinen Platte anrichten, die Suppe über die Baguettescheiben in die Terrine geben. Für jeden Gast einen flachen und einen tiefen Teller bereitstellen, auf dem flachen wird der Fisch entgrätet und in den tiefen Teller gelegt, worüber die Suppe mit den Baguettescheiben gegeben wird.

Mit Baguette, gesalzener Butter und Rouille servieren.

Guten Appetit!