

Rezept

Bouillabaisse mit Rouille

Ein Rezept von Bouillabaisse mit Rouille, am 20.04.2024

Zutaten

ca. 1,8 kg Mittelmeerfische (z. B. Rotbarben, Seeteufel, Drachenkopf, Knurrhahn, Petersfisch – vom Fischhändler filetieren lassen, Köpfe und Gräten mitnehmen!)	2 große Zwiebeln
1 große Möhre	5 Knoblauchzehen
400 g reife Tomaten (oder stückige Tomaten aus der Dose)	2 kleine Fenchelknollen
250 ml Weißwein	2 Stangen Staudensellerie
1 Stück Schale von 1 Bio-Orange	5 EL Olivenöl
8 Zweige Thymian	1 EL Tomatenmark
Salz	100 ml Pastis (Anisschnaps)
Chilipulver oder Piment d'Espelette	1 Lorbeerblatt
2 große festkochende Kartoffeln	5 Stängel Petersilie
2-3 EL gehackte Petersilie	Pfeffer
1 Knoblauchzehe	¼ TL Safranfäden
1 frisches Eigelb (Größe L)	300 g Miesmuscheln
Chilipulver oder Piment d'Espelette	50 g Weißbrot (ohne Rinde)
Pfeffer	Salz
	¼ TL edelsüßes Paprikapulver
	5-6 EL Olivenöl
	1 dünnes Baguette

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** schwer | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 685 kcal

Zubereitung

1. Fischabschnitte (Gräten und Köpfe) unter fließendem kaltem Wasser gründlich säubern. Die Kiemen aus den Köpfen schneiden und wegwerfen; alles in einem Sieb abtropfen lassen. Zwiebeln und Knoblauch schälen und klein hacken. Fenchel, Möhre und Sellerie waschen, putzen und alles klein würfeln. Tomaten waschen und klein schneiden, dabei Stielansätze entfernen. Das Olivenöl in einem Suppentopf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin goldgelb andünsten, Möhre, Sellerie und Fenchel dazugeben und weiterdünsten, bis das Gemüse leicht bräunt.
2. Tomatenmark unter das Gemüse rühren und kurz mitdünsten. Tomaten und Fischabschnitte dazugeben und unter Rühren bei großer Hitze 3-4 Minuten dünsten – es kann ruhig alles zerfallen! Weißwein angießen und 2-3 Min. kochen lassen. Die Hitze reduzieren und 1,3 l Wasser sowie Pastis dazugießen. Orangenschale, Lorbeerblatt, Thymian und Petersilie waschen und dazugeben. Alles mit Salz, Pfeffer, 1-2 Msp. Chili und dem Safran würzen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 25 Min. kochen lassen. Inzwischen die Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Die Fischfilets in Stücke schneiden. Die Muscheln in kaltem Wasser säubern, offene Muscheln wegwerfen.

3. Die Suppe portionsweise durch ein feines Sieb gießen, dabei alles gut mit einem Löffelrücken auspressen und zerdrücken – nur so bekommt die Suppe ihren richtigen Geschmack; wer will, kann sie auch durch ein Passiergerät pressen.

4. Für die Rouille das Brot klein würfeln. 5-8 EL Suppe abnehmen und das Brot darin 5-10 Minuten einweichen. Den Knoblauch schälen, fein hacken, auf einem Brett mit etwas Salz bestreuen, mit einer festen Messerklinge zermusen und mit dem Eigelb in ein hohes Rührgefäß geben. Das Brot breiig zerdrücken und mit Paprika- und 1-2 Msp. Chilipulver zum Ei geben. Mit dem Pürierstab auf mittlerer Stufe pürieren, dabei nach und nach das Öl dazulaufen lassen. Auf diese Weise alles zu einer dicken, gleichmäßigen Mayonnaise pürieren, diese salzen und pfeffern.

5. Die Fischsuppe zurück in den Topf geben und aufkochen lassen. Kartoffeln dazugeben und offen bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten garen. Muscheln dazugeben und bei mittlerer bis großer Hitze 5-10 Min. garen, bis sich die Muscheln geöffnet haben. (Geschlossene Muscheln später unbedingt aussortieren!) Die Fischfilets einlegen und bei kleiner Hitze zugedeckt in 5-7 Min. gar ziehen lassen. Baguette in dünne Scheiben schneiden. Die Suppe auf Teller verteilen. Die Rouille auf die Baguettescheiben streichen und zur Suppe servieren. Oder Rouille mit 2-3 EL warmer Fischsuppe verrühren und etwas davon direkt auf die Suppe im Teller geben und mit Petersilie bestreuen.