AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
mittel	60 Min.	ganzjährig	Frankreich

BOUILLABAISSE



Rezept: Monika Küng, Wohlen - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Die heutige Delikatesse für Fischliebhaber war ursprünglich die Restverwertung der der Fischer von Marseille der nicht verkäuflichen Fische zu einer Suppe. Es sind mindestens drei verschiedene Sorten Meeresfische, etwa Seeteufel, Wittling und Dorsch zu verwenden.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

1 dl	Olivenöl	1	Selleriekraut
1	Zwiebel, gross	2 Zehe	Knoblauch
1 St	Lauch	1 TL	Orangenschale
2	Tomaten, geschält	1 Bl	Lorbeer
1 Bd	Petersilie	3 Körner	Koriander
1	Fenchelkraut	800 g	Meeresfische
		3 Pr	Safran

ZUBEREITUNG

1. Zwiebel, Lauch, Tomate und Petersilie klein schneiden. Ebenso Kräuter und Knoblauch fein hacken. Mise en place der restlichen Zutaten.
2. In einer grossen Pfanne Olivenöl erhitzen und Gemüse andünsten. Kräuter und Knoblauch auch einen Moment anziehen.
3. Gut einen Liter Wasser dazugiessen. Orangenschale, Lorbeerblatt und Korianderkörner in Wasser geben und alles 5 Min. kochen lassen.
4. Fisch in mundgrosse Stücke schneiden. Den Sud unter dem Siedepunkt belassen. Für gefrorenen Fisch rechnet man gut 10 Min., für aufgetauten etwas weniger. Für feine Filetstücke nur 5 Min.
5. Die Bouillabaisse mit Rouille und getoastem Brot servieren.