

Bouillabaisse Marseillaise mit Rouille

Zutaten für 10 Personen:

- 4 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 5 grosse Tomaten
- 1 Stange Lauch
- 1 Fenchelknolle
- 2 Karotten
- 1 Stangensellerie
- 1 dl Olivenöl
- abgeschälte Schalenstreifen von einer Orange
- 1 lt Fischfond
- 5 dl trockener Weisswein
- 3 Thymianzweige
- 2 Lorbeerblätter
- 1 TL Safranfäden, in etwas heissem Wasser eingeweicht
- 1 EL Tomatenpüree
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer
- 2 kg (z.B. Drachenkopf, Seeteufel, Roter Schnapper, Meeraal, Wittling, Knurrhahn, Wolfsbarsch oder Petersfisch)
am besten vom Fischhändler filetiert
- 28 geschälte Riesengarnelen (Black Tiger)
- 30 Miesmuscheln, gesäubert und gewaschen
- 20 kleine Kartoffeln, geschält und weich gekocht
- 4 cl Pastis
- 4 cl Nouilly Prat (französischer Wermuth)

- 800 g Baguettes

Rouille:

- 3 Eigelb
- 50 g Senf
- 4 dl Olivenöl,
- 6 grosse Knoblauchzehen
- 3 Messerspitzen gemahlener Safran
- Salz, Pfeffer



Zubereitung:

Zwiebel und Knoblauch schälen und in dünne Streifen bzw. Scheiben schneiden.

Tomaten kreuzweise einritzen, für ca. 20 Sekunden in kochendes Wasser geben, anschließend Schale abziehen. Geschälte Tomaten vierteln, Kerngehäuse entfernen.

Tomaten-Viertel grob würfeln.

Lauch, Sellerie und Karotten in Scheiben, Fenchel in Streifen schneiden.

Olivenöl in einem großen breiten Topf erhitzen.

Zwiebeln und Knoblauch etwa 1 Minute darin dünsten.

Das restliche Gemüse und Orangenschale untermischen und kurz mit anschwitzen.

Fischfond, Wein, Pastis, Nouilly Prat, Tomatenmark, Gewürze und Kräuter zufügen.

Alles aufkochen, dann etwa 10 Minuten leicht köcheln lassen.

Fisch waschen, trocken tupfen und in Stücke teilen.

Fischstücke mit Garnelen, Muscheln und Kartoffeln zur Brühe geben und bei mittlerer bis niedriger Temperatur zugedeckt etwa zehn Minuten garen und kräftig abschmecken.

Noch geschlossene Muscheln aussortieren (sind nicht genießbar).

Fischstücke, Meeresfrüchte, Kartoffeln und Gemüse in tiefe Teller verteilen. Suppe darüber schöpfen.

Für die Rouille die geschälten Knoblauchzehen mit den Eigelben und dem Senf pürieren.

Das Olivenöl in einem feinen Strahl langsam unter stetem Rühren mit dem Schwingbesen einmontieren.

Den Safran zugeben und die Sauce abschmecken.

Die Baguettes in ca. 2 cm Scheiben schneiden und leicht antoasten.

Diese warm mit der Rouille bestreichen oder separat mit der Rouille zur Suppe reichen.

Das erste Rezept für eine Bouillabaisse à Marsellaise erschien 1830 in Le cuisinier durand und enthielt europäischen Wolfsbarsch und Langusten, damit eher hochwertige und teure Zutaten, die in der ursprünglichen Fischsuppe nicht enthalten waren.

Es ist übrigens eine Legende, dass die Suppe ursprünglich von Fischern in Marseille aus kleinen Fischen und Fischresten, die vom Markt übrig blieben, mit Meerwasser gekocht wurde.

Kulturhistoriker konnten inzwischen nachweisen, dass die heute bekannte Bouillabaisse als Matelote de poisson bezeichnet wurde und deutlich von der einfachen Grundrezeptur abweicht.