

BODENSEE- BOUILLABAISSE

(4 PERS.)

ZUTATEN & ZUBEREITUNG

2 EL OLIVENÖL

2 ZWIEBELN, GESCHÄLT, IN 1 CM GROSSEN WÜRFELN

1 FENCHEL, KLEIN, IN 1 CM GROSSEN WÜRFELN

2 STANGEN JUNGER LAUCH,
IN 1 CM LANGEN STÜCKEN

1 TL FENCHELSAMEN

5 TOMATEN – VOLLREIF, OHNE STRUNK,
IN 1 CM GROSSEN WÜRFELN

0,1 G SAFRANFÄDEN

1 TL TOMATENMARK

0,2 L WEISSWEIN

Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und darin die Zwiebeln, den Fenchel sowie den Lauch anschwitzen. Im Anschluss die Fenchelsamen sowie den Safran, die Tomaten und das Tomatenmark zugeben und ca. 4 Minuten leicht köcheln lassen. Den Weißwein mit dem Pernod zugeben, ebenso den Fischfond. Den Knoblauch, die Kartoffelwürfel

Bodensee-Bouillabaisse

0,1 L PERNOD

1 – 1,5 L FISCHFOND

1 KNOBLAUCHZEHE, GESCHÄLT, FEIN GESCHNITTEN

500 G KARTOFFELN, GESCHÄLT, IN 1 CM GROSSEN
WÜRFELN

2 LORBEERBLÄTTER

700 G FISCH, KÜCHENFERTIG, CA. 4 – 5 CM GROSSE
STÜCKE

SALZ, PFEFFER, SAFT VON ½ ZITRONE,
6 CL NOILLY PRAT

FRISCH GEHACKTE PETERSILIE

und den Lorbeer hinzufügen und leicht köchelnd ca. 15 – 20 Minuten garen. Die Fischstücke zugeben, die Hitze etwas zurückschalten und den Fisch in der Brühe max. 6 – 8 Minuten garziehen lassen. Mit Salz, Pfeffer, etwas Zitronensaft und dem Noilly Prat fein abschmecken. Frische Petersilie darauf geben und anrichten.

ZUTATEN & ZUBEREITUNG

2 SCHEIBEN TOASTBROT OHNE RINDE

2 EIGELBE

2 KNOBLAUCHZEHEN, GESCHÄLT, FEIN GESCHNITTEN

1 EL GROBER SENF

0,1 G SAFRANFÄDEN

150 ML SONNENBLUMEN- ODER RAPSÖL
AUS EINER REGIONALEN ÖLMÜHLE

½ TL PAPRIKAPULVER

1 TL PIMENT D'ESPELETTE

ABRIEB VON ¼ ZITRONE, SALZ, PFEFFER

Sauce Rouille

Während die Brühe simmert, die Toastbrotsscheiben leicht mit etwas Bouillabaisse-Brühe einweichen, in ein schmales und hohes Mixgefäß geben, dazu die Eigelbe, den Knoblauch, den Senf und die Safranfäden. Leicht anmixen. Nach einer kurzen Pause weiter mixen und dabei das Öl langsam und in einem dünnen Strahl einlaufen lassen, bis die Masse cremig ist. Mit Paprikapulver, Piment d'Espelette, Zitronenschale, Salz und Pfeffer abschmecken – kühl stellen.

GEMEINSAM MIT DER BOUILLABAISSE UND
FRISCH GEBACKENEM BAGUETTE SERVIEREN.

bon
appétit

