

Fisch Rezepte

Bouillabaisse Auf Fischerart

Anzahl: 8 Portionen

Gattung: Feinschmecker, Fisch, Frankreich, Suppe

S

1 kg	Fischköpfe für den Sud,; ca.	1	Unbehandelten Orange
2 kg	Mittelmeerrische	2	Zerdrückte Knoblauchzehen
	Knurrhahn. Lipofisch.	1	Tomate (100g),
	- Seeaal, Petersfisch.	2	Zwiebeln
	- Petermänruhen,		Salz,
	- Seeteufel. Meerwolf		Pfeffer aus der Mühle
	- Langusten,	0,10 Liter	Olivenöl
	- Langoustinos	1/2 Teel.	Safranpulver
1	Fenchelknolle		
1 Stange	Lauch		
2	Lorbeerblätter		
	Getrocknete Schale von		

Für den Sud die Fischköpfe in drei Liter leicht gesalzenem Wasser 1/2 - Stunden schwach köcheln. Inzwischen die Fische ausnehmen, schuppen und dann in Portionsstücke schneiden. Für die Marinade die Fenchelknolle putzen und klein schneiden. Mit Lorbeer, Orangenschale und Knoblauch mischen. Tomate häuten, entkernen und klein schneiden. Lauch putzen und in Ringe schneiden. Zwiebeln würfeln. Alles mischen, würzen und Olivenöl untermischen.

Die Fischstücke in einen großen Topf geben und die Marinade darüber geben. Alles etwa eine halbe Stunde zugedeckt stehen lassen. Dann den Topf mit der Marinade und den Fischen zurück auf den Herd stellen und mit dem abgossenen Fichsud auffüllen.

Alles einmal aufkochen, acht bis zehn Minuten ziehen lassen. Safran unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.