



Menü vom 28. April 2015

Bouillabaisse Marseillaise
mit Rouille

Rhabarber im Proseccoteig
mit Holundercreme

Angaben für 4 Personen

Kochgruppe:

Christian Deubelbeiss
Walter Meier
Beat Rohr

Einleitung

Bouillabaisse ist eine reichhaltige Fischsuppe der provenzalischen Küche und gilt als Spezialität Marseilles. Sie wird aus verschiedenen, im Mittelmeer heimischen Speisefischen und Meeresfrüchten sowie Gemüse zubereitet. **Bouillabaisse wird nicht als Eintopf serviert, sondern Fische und Meeresfrüchte getrennt von der entstandenen Suppe.**

Wichtig für den Geschmack ist die Verwendung einer größeren Anzahl von Fischarten, traditionell mindestens fünf bis sieben. Typisch sind Großer Roter und Brauner Drachenkopf, Petersfisch, Knurrhähne, Seeteufel, Meeraal, Rotbarbe sowie Seewölfe oder verschiedene Barschartige wie Wolfsbarsche. Verwendete Meeresfrüchte sind zum Beispiel Langusten, Kaisergranate, Garnelen oder Miesmuscheln. Die Aufzählung ist aber nicht abschliessend.

Für die Zubereitung werden die Fische geputzt, entgrätet, in größere Stücke zerteilt und nach fest- und weichfleischigen Sorten sowie Größe und somit nach Garzeit sortiert. Es können natürlich auch fertig vorbereitete Filet gekauft werden.

Zunächst werden Zwiebeln, Knoblauch, Tomatenwürfel und das Gemüse in meist reichlich Olivenöl oder Bouillon langsam gar gedünstet. Gewürzt wird hier mit Speisesalz, Pfeffer, Thymian, Petersilie, und Lorbeer. In einem ersten Schritt wird die Suppe fertiggestellt, danach werden die Fische und Meeresfrüchte mit der längsten Garzeit hinzugegeben. Dann werden der Reihe nach, abhängig von der Garzeit, die restlichen Fische und Meeresfrüchte hinzugegeben. Der Fisch wird dabei nur pochiert und somit gargezogen, ohne dass die Suppe jemals kocht.

Zum Servieren werden Fische, Meeresfrüchte und Gemüse auf einer vorgewärmten Platte angerichtet. Zusätzlich wird Baguette und Rouille, eine scharfe Knoblauchmayonnaise, gereicht.

Rouille bezeichnet eine sämige Sauce, die die traditionelle Begleiterin der Bouillabaisse ist. Der Name Rouille bezieht sich auf ihre gelbrote Farbe. Meist wird sie auf einer mit Knoblauch abgeriebenen und oft auch gerösteten Weißbrotscheibe (Baguette) gereicht.



Rouille

1 rote grosse Chili

150 g festkochende Kartoffel

1 Kapsel Safranfäden

2 Knoblauchzehen

1.5 dl Sonnenblumenöl

1 Ei

1 EL Zitronensaft

1 EL Olivenöl

Salz & Pfeffer

Kartoffeln schälen, vierteln und in kochendem Salzwasser mit dem Safran ca. 25 Min garen. Abgiessen, ausdämpfen lassen und durch die Kartoffelpresse drücken.

Knoblauch schälen und pressen und im Mörser mit Salz sehr fein zerreiben. Chili entkernen und in sehr kleine Stücke schneiden.

Sonnenblumenöl in ein schmales, hohes Gefäss giessen, Ei zugeben und mit dem Schneidestab zu einer Mayonnaise mixen. Mit Zitronensaft und Pfeffer abschmecken. Kartoffeln, Chili, Knoblauch und Olivenöl zugeben und glatt rühren.

Baguette in Scheiben schneiden und im Ofen anrösten.



Bouillabaisse

(4 Personen)

0.8 - 1 kg Fisch & Meeresfrüchte (mögliche Varianten siehe Einleitung)

½ Fenchelknolle

1 Möhre

1 Zwiebel oder 1 Bund Frühlingszwiebeln

400 g Tomaten

2 Stange Sellerie

1 kl. Lauch

1 Knoblauchzehe

2 EL Tomatenmark

4 Stiele Thymian

2 Lorbeerblätter

½ Bund Petersilie

1 Kapsel Safranfäden

5 EL trockener Wermut / Noilly Prat

6 – 8 dl Fischfond

4 EL Olivenöl

Salz & Pfeffer

Möhre schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den Fenchel rüsten und in kleine Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch hacken. Stangensellerie und Lauch in dünne Streifen schneiden. Die Tomaten kurz in heissem Wasser erhitzen, schälen und in kleine Stücke schneiden.

Olivenöl erhitzen und alle vorbereiten Zutaten andünsten. Mit Noilly Prat ablöschen und etwas einkochen lassen. Den Fischfond dazugeben und den Sud mit Safran, Salz und Pfeffer würzen. Die Suppe ca. 30 Min. köcheln lassen.

Inzwischen den Fisch und die Meeresfrüchte vorbereiten. Fischfilet in gleichmässig grosse Stücke schneiden. Garnelen schälen, Muscheln bürsten. Mit Salz und Pfeffer leicht würzen.

Die Suppe pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Fischstücke und Meeresfrüchte etappenweise nach Garzeit in die Suppe geben. Jetzt nicht mehr rühren sonst zerfällt der Fisch. Darauf achten dass die Fische & Meeresfrüchte nicht ganz gar gekocht werden, bis zum Servieren garen sie noch nach.

Die Fische & Meeresfrüchte mit einem Sieb aus der Suppe nehmen und auf einer vorgewärmten Platte anrichten, Suppe in einen Topf geben und zusammen mit dem Rouille und Baguette servieren.

Rhabarber mit Proseccoteig mit Holundercreme

125 g Mehl

½ Backpulver

1 ½ dl Prosecco

½ dl Rapsöl

Öl zum Frittieren

300 g Rhabarber

2 EL Zucker

125 g Mascarpone

1 dl Halbrahm

3 EL Holunderblütensirup

150 g tiefgekühlte Himbeeren

Mehl und Backpulver in einer Schüssel mischen. Prosecco und Öl nach und nach unter Rühren mit dem Schwingbesen dazu giessen, Teig glatt rühren, zugedeckt ca. 30 Min. quellen lassen.

2. Frittieren: Brattopf bis 1/3 Höhe mit Öl füllen, auf ca. 170 Grad erhitzen. Rhabarber portionenweise mit Hilfe eines Holzspiesschens einzeln durch den Teig ziehen, abtropfen, je ca. 4 Min. goldgelb frittieren. Herausnehmen, auf Haushaltspapier abtropfen, im Zucker wenden, warm stellen, dabei die Ofentür mit einem Kellenstiel einen Spalt breit offen halten.

3. Creme: Mascarpone mit dem Rahm und dem Sirup knapp steif schlagen. Himbeeren durch ein Sieb streichen, begeben, mit einem Löffel marmorartig in Gläser verteilen, dazu servieren.

