

Bouillabaisse mit Rouille und geröstetem Sauerteigbrot

Für zwei Personen

Für die Bouillabaisse:

300 g Miesmuscheln	2 Kaisergranat mit Schale, Kopf	400 g Seehechtfilet mit Haut
½ Bund Suppengrün	½ Fenchelknolle	1 weiße Zwiebel
2 Knoblauchzehen	2 Speisetomaten	1 Fleischtomate
1 Zitrone	400 ml Fischfond	250 ml trockener Weißwein
4 cl Pastis	2 TL Tomatenmark	6 Zweige Thymian
5 Zweige Blattpetersilie	2 Lorbeerblätter	6 Safranfäden
1 Msp. Piment-d'Espelette	100 g Mehl	Butter
Olivenöl	Meersalz	Salz, Pfeffer

Für die Rouille:

1 Ei	1 EL Dijon-Senf	1 Zitrone
2 Safranfäden	1 TL geräuch. Paprikapulver	125 ml Sonnenblumenöl
Salz	Pfeffer	

Für das geröstete Brot:

½ Sauerteigbrot	Olivenöl
-----------------	----------

Für die Bouillabaisse:

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Suppengrün und Fenchel putzen und ggf. schälen. Speisetomaten abbrausen, trockentupfen und den Strunk entfernen. Zwiebel, Knoblauch, Suppengrün, Fenchel und Tomaten grob hacken und in einem Topf in Olivenöl scharf anschwitzen. Sobald alles goldbraun ist, Tomatenmark hinzugeben und mit anrösten. Anschließend mit Fischfond, Pastis und Weißwein ablöschen. Thymian abbrausen, trockenwedeln und mit Lorbeer und Safran zum Sud geben. Mit Salz und Pfeffer und Piment d'Espelette würzen und alles ca. um 1/3 einreduzieren lassen.

Anschließend die Flüssigkeit abseihen, zurück in den Topf geben und weiter köcheln lassen. Einen Teil des gekochten Suppengrüns und Fenchels klein hacken und als Gemüseeinlage beiseitelegen. Muscheln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten und geöffnete Muscheln aussortieren. Einen Topf mit Wasser aufsetzen, die Muscheln ins kochende Wasser geben und ca. 3 Minuten kräftig sprudelnd kochen lassen. Muscheln mit dem Schaumlöffel herausheben und noch geschlossene Exemplare aussortieren.

Kaisergranat aus der Schale lösen und vom Kopf befreien. Kaisergranat in der Bouillabaisse für ca. 7 Minuten pochieren. Die Muscheln nun hinzugeben.

Seehechtfilet waschen, trockentupfen und die Hautseite mehlieren. Auf der Hautseite in Butter anbraten. Sobald die Haut goldbraun ist, den Fisch in den vorgeheizten Ofen schieben und regelmäßig den Gargrad kontrollieren.

Die Fleischtomate halbieren und mit der Schnittseite nach unten in einer unbeschichteten Pfanne scharf anbraten bis Röstaromen entstehen.

Seehecht aus dem Ofen nehmen, mit Meersalz würzen und zur Bouillabaisse geben.

Zitrone auspressen und die Bouillabaisse mit Zitronensaft abschmecken.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln, grob hacken und das Gericht damit zum Schluss garnieren.

Für die Rouille:

Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Safranfäden im Mörser zerstoßen. Zitronensaft, Safran, Ei und Senf in ein schmales Gefäß geben und mit einem Stabmixer pürieren. Beim Mixen

langsam Öl hinzugeben bis eine mayonnaiseartige Konsistenz entsteht. Mit geräuchertem Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das geröstete Brot:

Sauerteigbrot in Scheiben schneiden und in einer Pfanne in Olivenöl von beiden Seiten gleichmäßig anrösten. Anschließend etwas von der Rouille auf das Brot geben.

Bouillabaisse mit der Gemüseeinlage, gerösteten Tomatenscheibe, Kaisergranat, Miesmuscheln und Seehecht in einem tiefen Teller anrichten und mit Petersilie garnieren. Zusammen mit geröstetem Sauerteigbrot und Rouille servieren.

Lucas Oppermann am 27. Dezember 2021