

Bouillabaisse mit Sauce rouille und geröstetem Baguette

Für zwei Personen

Für die Suppeneinlage:

2 Wolfsbarschfilets à 150 g	2 Rotbarbenfilets, à 150 g	250 g Miesmuscheln
4 große Garnelen, mit Schale	2 Schalotten	2 Knoblauchzehen
2 EL Butter	100 ml trockener Weißwein	Olivenöl
3 Zweige Thymian	Salz	Pfeffer

Für die Suppe:

Garnelenschalen	2 Fischabschnitte	1 kl. mehligk. Kartoffel
1 Fenchelknolle mit Grün	1 Stange Staudensellerie	3 große reife Tomaten
4 Schalotten	3 Knoblauchzehen	1 L Fischfond
100 ml trockener Weißwein	2 EL Anislikör	2 EL Tomatenmark
Olivenöl	2 Zweige Thymian	2 Lorbeerblätter
1 TL Fenchelsamen	4 Pfefferkörner	6-8 Safranfäden
Salz	Pfeffer	

Für die Sauce rouille:

1 kl. mehligk. Kartoffel	1 Knoblauchzehe	1 Zitrone, Saft
1 Ei	500 ml Fischfond	1 TL Paprikamark
100 ml Olivenöl	Cayennepfeffer	2-3 Safranfäden
Salz	Pfeffer	

Für das Baguette:

$\frac{1}{2}$ Baguette	100 g Gruyère	Olivenöl
------------------------	---------------	----------

Für die Garnitur:

Fenchelgrün, von oben	Safranfäden
-----------------------	-------------

Für die Suppeneinlage:

Den Backofen zum Warmhalten auf 60 Grad vorheizen.

Muscheln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten und geöffnete Muscheln aussortieren. Einen Topf mit Wasser aufsetzen. Die Muscheln in das kochende Wasser geben und 3 Minuten kräftig sprudelnd kochen lassen. Die Muscheln mit dem Schaumlöffel herausheben und noch geschlossene Exemplare aussortieren. Muscheln zum Warmhalten in eine Auflaufform geben, mit Frischhaltefolie abdecken und in den Ofen stellen.

Knoblauch und die Schalotte abziehen und würfeln. Olivenöl in einem Topf erhitzen. Schalotte und Knoblauch kurz anschwitzen. 1 Zweig Thymian und Weißwein dazugeben und reduzieren lassen.

Die Haut des Wolfsbarschs einschneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Fisch auf der Hautseite in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze einige Minuten knusprig braten.

Kurz bevor der Fisch gar ist einmal kurz umdrehen.

Rotbarbenfilets in kleine Würfel schneiden. Garnelen schälen, entdarmen, waschen und trocken tupfen. Die Schalen und Köpfe beiseitelegen.

Garnelen und die gewürfelten Rotbarbenfilets kurz vor Ende in den heißen Fond geben und gar ziehen lassen.

Für die Suppe:

Schalotten und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Fenchel und Staudensellerie putzen und in Stücke schneiden. Das Grün vom Fenchel für die Garnitur aufbewahren. Tomaten grob würfeln. Kartoffel waschen und in Stücke schneiden. Fenchelsamen und Pfefferkörner leicht anstoßen. Orange abspülen und $\frac{1}{2}$ TL Schale abreiben.

Schalotten, Knoblauch, Sellerie, Fenchel und Kartoffel in Olivenöl anschwitzen. Garnelen-schalen und Fischköpfe oder -abschnitte dazugeben und mitanschwitzen. Tomatenmark, Fenchelsamen und Pfefferkörner dazugeben und kurz mit anbraten. Dann Tomaten, Thymian, Lorbeer und Safran dazugeben.

Das Ganze dann mit Weißwein und Anislikör ablöschen und mit dem Fischfond aufgießen. Alles aufkochen, dann köcheln lassen. Gegen Ende alles in einem Standmixer pürieren und durch ein sehr feines Sieb geben.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Sauce rouille:

Kartoffel waschen und in grobe Stücke schneiden. Im Fischfond weichkochen. Knoblauch abziehen. Zitrone halbieren und 1 EL Saft auspressen.

Ei trennen und das Eigelb auffangen. Die gekochten Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse pressen und mit dem Eigelb, Paprikamark, Knoblauch, Cayennepfeffer, Safranfäden und Zitronensaft zu einer glatten Masse vermischen. Das Olivenöl unter Rühren in einem Strahl hinzufügen und so lange rühren bis eine Mayonnaiseartige Creme entsteht. Für eine geschmeidigere Rouille bei Bedarf noch etwas Fischfond dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Baguette:

Gruyère fein reiben. Das Baguette in Scheiben schneiden mit Olivenöl beträufeln und in einer Grillpfanne anrösten. Scheiben mit Käse bestreuen.

Für die Garnitur:

Erst die Muscheln, dann die Rotbarbenstücke und Garnele in einen tiefen Teller geben. Den Wolfbarsch oben drauflegen. Mit der Suppe aufgießen und mit Safranfäden und Fenchelgrün garnieren.

Baguette und Sauce rouille dazureichen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Lisa Marie Burger am 25. November 2025