

Een klassieker uit Zuid-Frankrijk

Bouillabaisse (à la Marseillaise)

Een stukje geschiedenis :

destijds de stoepot van de arme vissers en hun familie

Niet alle vissen die vissers ving, konden verkocht worden. Vissen die klem zaten in het net, die uiteengescheurd waren of platgedrukt, waren nog wel lekker, maar niet meer verkoopbaar. Als vissers dan terug aan land kwamen, verwarmden ze een ketel zeewater en gooiden de niet-verkoopbare vissen direct in de ketel kokend water.

Na ongeveer twintig minuten koken, werd de hete bouillon gegoten over stukken oud geroosterd brood die ze met knoflook hadden ingewreven. Vervolgens werden de vissen opgegeten met een rouille (peper/ knoflooksaus) of een aioli (knoflookmayonaise). Dit was de bouillabaisse van de vissers...

Het woord bouillabaisse is samengesteld uit twee werkwoorden: bouillir (koken) en baisser (temperen, lager zetten). En dat is precies wat er gebeurt bij het maken van deze vissoep die, volgens de traditie, bestaat uit minstens 7 soorten vis. In bouillabaisse gebruikt men witte vis. Eerst worden de groenten gekookt in visbouillon, vervolgens worden de vissoorten toegevoegd. Als de soep terug aan de kook is, wordt het vuur getemperd.

Voor 20 à 25 personen :

Faze 1 : aanmaak van de visbouillon

Stoof hiervoor gesneden prei (5 stelen), venkel (2 stuks), paprika (5 stuks) en ajuin (20 –tal) even aan in olijfolie. Voeg graten van magere vis (ideaal zijn tong en tarbot) toe en laat ze even meestoven. Karkassen van gepelde scampi's, garnalen... Blus en flambeer met een flinke scheut" Pastis. "

1 fles witte wijn – 2 liter tomatenpuree – water toevoegen . We hebben ongeveer 10 liter vocht nodig.

Verder toevoegen : 3 capsules saffraan / 1 volledige geplette knoflook / 1/2 sinaasappelschil / tijm en laurier / cayennepeper / olijfolie / visbouillon/ bisque d' homard (?) ...

1 uurtje op bijna kookpunt laten trekken. Daarna zeven...

Voor de bouillabaisse kan je ook garnalen of schaaldieren 'schalen' bijvoegen. We gebruiken 5 kilo mosselen . Ajuinen en selder grof snijden .Ze bevochtigen met witte

wijn en koud water, zodat alles ruim onder staat. Enkele blaadjes laurier en geplette peperbollekes toevoegen..

Afkoken tot mosselen gaar zijn. Kookvocht zeven en mee in bouillon gieten

Faze 2 : de rouille aanmaken :

20 à 25 teentjes teentjes knoflook / 2 Spaanse pepertjes / olijfolie / wit brood / visbouillon/ 5 rode paprika's (laten ze in oven grillen met pel aan tot pel zwart ziet – daarna pel afschillen)

1. Laat het brood weken in een visbouillon.
2. Snipper de lookteentjes, de paprika's en de Spaanse pepertjes heel fijn. Meng die samen met wat zout en 5 capsules saffraan . Doe er al roerend heel langzaam de olijfolie en visbouillon bij.
3. Meng er vervolgens het geweekte brood onder. Alle ingrediënten samen in de blender mengen of mixen
- 4.

Faze 3 : de croutons

Maak wat lookboter (boter, look, peterselie) , smeer hiermee stukjes oud brood of stokbrood in. Laat zachtjes goudbruin roosteren.

Faze 4 : en nu de bouillabaise afwerken

1. Snij de vissen in grote stukken en voeg toe aan de gezeefde bouillon. Doe de room bij de bouillon.
2. Zet het deksel op de pot. Als de 'soep' opnieuw kookt (bouillir), haal je de pot van het vuur (baisser) en laat je alles minstens vijf minuten rusten. De vis is dan gaar maar niet van elkaar gekookt. De vis uit de pan nemen en warm houden in een beetje bouillon.

Serveren doe je in 2 rondes:

- Eerste ronde: in een diep bord stukken vis leggen en overgieten met de soep.
- Tweede ronde: handvol mosselen en garnalen bovenop leggen. Afwerken met gehakte peterselie.
- Tip: Je kan de bouillabaisse nog feestelijker maken door extra langoustines, kleine krabben, gamba's of kreeften toe te voegen.
- Serveren met rouille en croutons. Er bestaan gewoontes om de croutons samen met de vis in de soep te leggen . De rouille kan op de croutons worden geschept of mee door de soep geroerd....