
Bouillabaisse

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 4010 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 1 godz. 50 min.

2 kg morskich ryb, kalmarow i skorupiakow (mule, krewetki i

inne),

4 pomidory,

2 male pory,

4 zabki czosnku,

2 cebule,

1 marchewka,

1 lodyga selera,

6 lyzek oleju,

suszona skorka z 1/2 pomaranczy,

1/4 lyzeczki tymianku,

bouquet garni,

1/4 lyzeczki szafranu,

sol, pieprz,

1,5 l wody.

1. Ryby oczyszcic, oplukac. Odciac glowy, ogony, pletwy, wyjac osci. Odlozyc do wywaru. Mieso z ryb pokroic na kawalki. Krewetki obrac ze skorupek, usunac czarne zylki, umyc w osolonej wodzie. Skorupki odlozyc do wywaru. Kalmary umyc, oczyszcic. Mule wyszorowac metalowa szczotka. Jarzyny obrac, oplukac.

1 cebule posiekac, czosnek rozetrzec, biale czesci pora pokroic w plasterki, zielone odrzucic. Pomidory pokroic na kawalki.

2. Przygotowac wywar: glowy, pletwy, ogony, kregoslupy ryb i skorupki z krewetek wlozyc do duzego garnka. Zalac woda, dodac 1 cebule, lodyge selera, marchewke, pieprz, bouquet garni i skorke pomaranczowa. Posolic, gotowac 30 min. Gotowy wywar przecedzic, dokladnie wycisnac.

3. Kalmary pokroic w krazki, dusic w oddzielnym garnku, az beda miekkie. Mule zalac mala iloscia wody, gotowac na duzym ogniu. Gdy skorupki sie otworza zdjac z ognia, odcedzic.

4. W plaskim garnku rozgrzac olej, wrzucic czosnek, posiekana cebule i pory.

Chwile smazyc. Dodac pomidory, dusic 5 min. Przetrzec przez sito, z powrotem wlozyc do garnka. Dodac przecedzony wywar, tymianek i szafran. Wlozyc

kawalki ryby, gotowac na malym ogniu. Po 3 min dodac kalmary i mule. Gotowac

jeszcze 5 min. W ostatniej minucie dorzucic krewetki. Doprawic sola i pieprzem. Do zupy podac grzanki z czosnkiem.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 26 "Zupy", strona 20.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)