

BOUILLABAISSE

Pour 2/3 personnes

1 Vivaneau entier préparé par votre poissonnier (vidé, écaillé, filets levés MAIS vous gardez tous le reste !) et 1/2 filet de bourgeois

Plus classique comme poisson : rascasse, saint-pierre, daurade, lotte, merlan ...

Quelques chipirons ou supions (petits calamars) préparés à l'avance par le poissonnier

Huile d'olive

Une 15 ène de gousses d'ail (selon la force de votre ail)

2 oignons

1 cac de concentré de tomate et 100g de sauce tomate maison

Quelques pistil de safran, j'ai du mettre 2 ou 3 petits pot du commerce (car si j'en met autant qu'au cabanon, je suis ruinée !)

thym, laurier, sel, poivre

Rouille : 1 jaune d'œuf, 1 cac de moutarde, sel, poivre, 2 gousses d'ail pilés, 1 cac d'huile d'olive, de l'huile de tournesol, 1/2 cac de paprika, 1/2 cac d'Espelette et quelques pistils de safran

FOND DE POISSONS

Prendre une marmite à fond épais, la frotter à l'ail et la mettre sur le feu

Versez une grosse cuillère à soupe d'huile d'olive (une bonne huile d'olive) et faites chauffer

Ajouter 1 oignon haché, la carcasse du Vivaneau, sans oublier la tête et mélanger

J'ai mis environ 1 litre d'eau, le concentré de tomates et ma sauce tomates, du sel, du poivre et 1 petit pot de safran

Bien mélanger et laisser cuire à bouillon fort (bouilla ...) 30 minutes à 1h

Passez le tous au chinois et réserver le FOND de poisson

LA ROUILLE

Monter une mayonnaise à l'huile de tournesol avec un jaune d'œuf additionné de 2 gousses d'ail pilés, de sel, de poivre, d'une cac de moutarde et d'une cac d'huile d'olive (certain la fond entièrement à l'huile d'olive, je trouve ça un peu trop fort)

Ajouter 1/2 cac de paprika, 1/2 cac d'Espelette et quelques pistils de safran ... oui encore du safran !

Bien mélanger et réserver

LA BOUILLABAISSE

Reprend une grosse marmite

Met à nouveau une belle dose d'huile d'olive, 1 gros oignon haché, 10 à 15 gousses d'ail entière (selon la force de votre ail ... ici il n'est pas fort donc j'en met beaucoup)

Ajouter les chipirons et mélanger

Mettre le laurier, le thym, salez, poivrez (un peu de fenouil en branche si vous avez)

Puis ajouter le FOND et le safran restant (le cabanon rajoute des pommes de terre à ce stade, j'en ai mis mais on ne les a pas mangés donc je ne les met pas dans la recette)

Portez à ébullition BOUILLA ... puis BAISSÉ ... baisser le feu et plonger les filets des poissons coupés en gros morceaux

Laissez cuire 6 à 10 minutes, à petit frémissement

Pendant ce temps griller quelques croûtons de pains (au levain pour ma part) et frotter les à l'ail si vous le souhaitez mais ce n'est pas indispensable

Servez votre bouillabaisse de façon familiale dans un plat creux avec à part la rouille, les croûtons et du fromage râpé ; ou à l'assiette creuse, avec au centre la soupe et quelques morceaux de poissons et chipiron et dessus quelques croûtons tartinés de rouille et saupoudrés de fromage.

LA TABLE DES PLAISIRS