



WALLISER BOUILLABAISSE MIT EGLIFILETS LOË

ZUTATEN

- Frische Eglifilets PERCHE LOË, ohne Haut
- 8 dl Gemüsebouillon, siedend heiss
- 2 Messerspitzen Safran (AOC aus Mund)
- 4 junge Karotten mit Kraut
- 2 junge Fenchel (Kraut zur Dekoration aufheben)
- 2 junge Lauchstängel
- 2 runde Zucchini
- 120 g frische dicke Bohnen, geschält
- 5 blaue St. Galler Kartoffeln (oder Raclette Kartoffeln)
- 2 Tomaten
- 1 kleines Bündel Kräuter
- Grobes Salz

Für die Rouille

- 3 Knoblauchzehen
- 1 Prise grobes Salz
- Weisses Pfeffer aus der Mühle
- 1 Messerspitze Safran (AOC aus Mund)
- 2 Messerspitzen Cayennepfeffer
- 2 jEigelb (temperiert)
- 2,5 dl fruchtiges Olivenöl (unsere Wahl: LAKUDIA Bio Oliviers & Co)
- 1 Baguette

ZUBEREITUNG

Gesalzenes Wasser für das Gemüse und die Kartoffeln in zwei Töpfen aufkochen. Gemüsebouillon zubereiten, Safran beifügen und kräftig schlagen. Ziehen lassen. Das Gemüse waschen und separat in Stücke schneiden. Zucchini und Tomaten entkernen. Die Kartoffeln in einem Topf ca. 15 min kochen, Wasser abgiessen und beiseitestellen. Im zweiten Topf mit gesalzenerem Wasser das Kräuterbündel begeben und das Gemüse in folgender Reihenfolge kochen: Karotten und Fenchel zuerst, nach 5 min. die Bohnen hinzufügen und alles zusammen weitere 5 min. kochen. Danach das Gemüse in Eiswasser abschrecken, damit Aroma und Farben erhalten bleiben und dann beiseitestellen.

Sauce Rouille

Den geschälten Knoblauch in einem Mörser zerkleinern, salzen und pfeffern und stampfen, bis eine Paste entsteht. Safran und Cayennepfeffer beifügen, mischen und in eine Schüssel geben. Eigelbe mit einem Spritzer Olivenöl begeben und wie für eine Mayonnaise kräftig schlagen. Unter ständigem Rühren das restliche Olivenöl in dünnem Faden zugeben, bis die Sauce bindet. Beiseitestellen.

Auf den 4 Suppentellern das Gemüse schön anrichten, je zwei Eglifilets LOË darauflegen und mit der sehr heissen Gemüsebouillon begiessen (diese Zubereitung bringt das zarte Fleisch der Eglifilets ideal zur Geltung). Mit rohen Tomatenvierteln und Fenchelgrün garnieren. Zu jedem Teller getoastete Baguette-Scheiben reichen, die mit Sauce Rouille bestrichen wurden.

