

ZUPPE E MINESTRE

Bouillabaisse alla marsigliese

LUOGO: Europa / Francia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



3 KG CIRCA DI PESCE TRA CUI

scorfani
triglie
cappone
naselli
gronchi etc
1 dl di olio extravergine d'oliva
il bianco di 2 porri
2 grosse cipolle
250 g di pomodori pelati
2 spicchi d'aglio
poco zafferano
un pizzico di semi di finocchio
2 foglie di lauro
pepe nero

PREPARAZIONE

1 Ripulire, lavare e sgocciolare il pesce. Trinciare in pezzi regolari. Far dorare, in poco olio,

la cipolla tritata e l'aglio. Versarvi sopra il pomodoro schiacciato e, abbassato il fuoco, lasciare che si riduca in massa uniforme, rimescolando spesso. Fatto questo, aggiungere il pesce, ad eccezione del nasello. Bagnare con poca acqua e condire con sale e pepe nero. Aggiungere poco prezzemolo tritato, un pizzico abbondante di zafferano, il resto dell'olio, il lauro, il finocchio. Aggiungere il nasello soltanto a questo punto e continuare la cottura per altri 10 minuti. La bouillabaisse si serve in questo modo: il brodo, in una capace zuppiera con crostoni di pane fritti nel burro; il pesce, sopra un piatto di portata ben caldo, avendo cura di mettere in bella mostra i pesci rimasti interi.