

Bouillabaisse - Fransk fisksoppa

4 portioner

800 g vit fisk t.ex torsk alt. 400 g vit fisk och 400 g lax

500 g räkor med skal

400-500 g förkokta blåmusslor med skal

Olivolja

1 medelstor fänkål

1 gul lök

3 st fasta potatisar

2 morötter

1 röd paprika

4 vitlöksklyftor

2 msk tomatpuré

1 pkt saffran (0,5 g)

3 dl vitt vin

1 l vatten

1 grönsaksbuljongtärning

Några kvistar färsk timjan (bind ihop med steksnöre)

1 tsk chili flakes

1 tsk salt

0,5 tsk svartpeppar

2 msk färskpressad apelsinjuice

Hackad persilja

Skala och dela fänkål, gul lök, potatis, morötter och paprika i 2x2 cm bitar.

Skala och hacka vitlöken fint.

Fräs grönsakerna i gryta några minuter i rikligt med olivolja. Tillsätt tomatpurén och fräs ytterligare några minuter.

Tillsätt saffran, vin, vatten, buljong, timjan, chili flakes, salt, peppar och koka sakta under lock 20-25 minuter.

Under tiden grytan kokar, skala räkorna, skär upp fisken i 2x2 cm bitar.

När grytan med grönsaker kokat klart, fiska upp timjan, tillsätt fisken och sjud soppan i 4 minuter.

Pressa i apelsinjuice, lägg i räkor och musslor (nu får soppan inte koka, då blir räkorna sega).

Smaka av med salt och peppar och toppa med persilja.